



PYRÉNÉES-ORIENTALES

La Preste

les-Bains

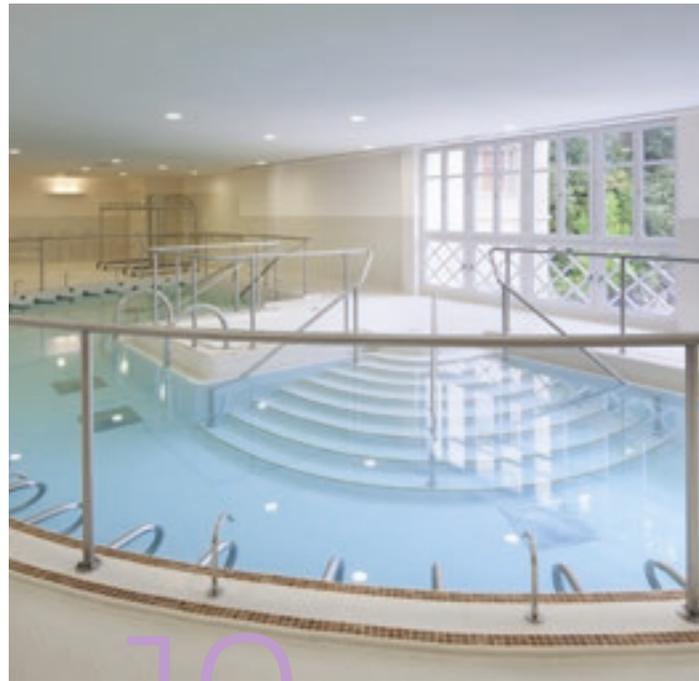
Bien
DANS
ma cure

2025

Rhumatologie • Affections de l'appareil urinaire • Métabolisme
Soins • Activités • Hébergements



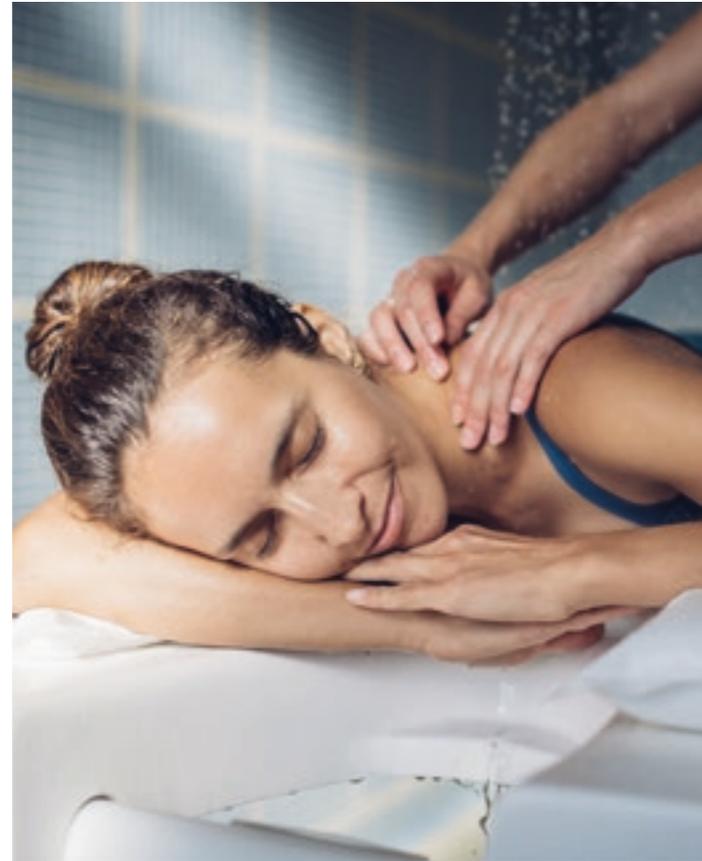
CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
agit naturellement pour votre santé



10

Nos cures conventionnées et libres

- 10 Rhumatologie (RH)
- 12 Affections de l'appareil urinaire et maladies métaboliques (AU)



16

Optimisez votre cure

- 16 Programme complémentaire Starter Minceur *Nouveau!*
- 16 Programme complémentaire Dos, lombaires et cervicales
- 17 Programme complémentaire Cystite et Prostatite
- 17 Programme complémentaire Cure & randonnée
- 18 Option Santé Active *Nouveau!*
- 20 Service premier
- 21 Institut de beauté

La médecine thermale

- 04 Les eaux thérapeutiques
- 05 Nos équipes thermales et médicales
- 06 Les soins thermaux
- 08 Des thermes tout confort



Nos hébergements

- 22 Hôtel-Restaurant Le Grand Hôtel***
- 23 Résidence Thermale - Résidence de Tourisme***

27

Carnet pratique

- 27 Vous rendre à La Preste-les-Bains
- 28 La foire aux questions
- 30 Cure conventionnée 18 jours
Réservez et préparez votre cure
- 31 Cure conventionnée 18 jours
Votre remboursement
- 32 **Votre cure libre**
sans prescription de 5 à 18 jours
- 40 Le Club Thermal

Autour et alentours

- 24 La Preste-les-Bains et sa région

Bonnes adresses

- 34 Hôtels, campings, restaurants, commerces...



Votre cure et votre hébergement en **un appel ou un clic**

01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr



ASSUREZ VOTRE CURE

Pour vous assurer une cure en toute tranquillité, l'assurance Thermassistance (annulation-interruption de cure, garantie assistance) vous est proposée à l'avant-dernière page de ce livret.

Les eaux minérales thérapeutiques

DE LA PRESTE-LES-BAINS

Les eaux de La Preste jaillissent de la montagne à la température proche de celle du corps à 42 °C. La richesse de leur composition les classe dans les eaux thermales sulfatées, bicarbonatées, sodiques, riches en fluorures et silicates avec présence de sulfures. Les vertus médicinales des eaux de La Preste sont reconnues depuis le XIV^e siècle, par la faculté de médecine de Montpellier.

DES PROPRIÉTÉS PHYSICO-CHIMIQUES RARES

Le soufre, très présent, antalgique et anti-inflammatoire est un allié incontournable dans les traitements en Rhumatologie. Le magnésium, quant à lui, exerce une action tonifiante sur les fibres musculaires. Pour traiter « l'Appareil Urinaire », l'eau thermale est utilisée directement sur les muqueuses qu'elle régénère. Elle stimule la défense locale de l'organisme contre les agents infectieux. La muqueuse vaginale retrouve un pH normal s'opposant à la prolifération des mycoses et bactéries pathogènes.



NOS ENGAGEMENTS VERTS

Nos équipes sont sensibilisées depuis plusieurs années à la préservation de l'environnement. Les ressources thermales font ainsi l'objet d'une autorisation d'exploitation préfectorale, laquelle précise un débit maximal d'usage afin de protéger le gisement hydrothermal. Ces eaux ont un cycle hydrogéologique supérieur à plusieurs centaines d'années. Leur utilisation n'impacte pas les eaux superficielles, et est sans relation avec la sécheresse. Leur prélèvement n'est qu'une étape dans ce cycle de l'eau. Les eaux thermales utilisées dans les soins retournent en milieu naturel local sans modification particulière (pour mémoire, les eaux utilisées dans les soins individuels ne peuvent subir aucun traitement chimique). Des efforts particuliers ont été réalisés dans la gestion technique centralisée (GTC) des ressources au prix de lourds investissements. Ils ont permis dans certains cas de limiter la consommation d'eau thermale de 30 %.

Si SILICIUM

Fixateur du calcium, aide à la fabrication d'anticorps

HCO BICARBONATE

Combat l'acidité, facilite la digestion et aide à réguler le pH de l'estomac

F FLUORURES

Stimule l'immunité de l'organisme et réduit l'inflammation des tissus

S SOUFRE

Anti-inflammatoire, antiseptique, décongestionnant



Nos équipes

THERMALES & MÉDICALES

± 20 AGENTS DE SOINS

THERMAUX

Ils sont habilités au site de La Preste-les-Bains. Ils dispensent les soins aux patients selon la prescription du médecin thermal.

1 INFIRMIÈRE

Elle intervient à tout moment auprès des curistes et prend des précautions particulières pour certains. Selon la prescription du médecin thermal, elle dispense les soins appropriés.

2 KINÉSITHÉRAPEUTES

DIPLÔMÉS D'ÉTAT

Ils assurent la rééducation des patients durant les soins en piscine thermale, pratiquent des séances de massages sous l'eau et réduisent les patients atteints de problèmes respiratoires.

1 DIÉTÉTICIENNE

Elle anime des conférences dans le cadre d'ateliers ou de cures conventionnées spécifiques. Elle établit également des bilans personnalisés en consultation individuelle.

1 SOPHROLOGUE

Elle propose des ateliers collectifs pour un travail autour du mieux-être, de la relaxation et de la gestion du stress.

1 PROFESSEUR D'ACTIVITÉS

PHYSIQUES ADAPTÉES

Il dispense des séances d'aquagym, de gymnastique douce, etc.

1 ÉDUCATEUR SPORTIF

Il dispense des cours d'activité sportive individuels ou collectifs dans le cadre des programmes complémentaires et activités annexes.



Les médecins thermaux de La Preste-les-Bains

Dr Pierre ABET
Centre Médical des Thermes - La Preste
Médecine Thermale & Générale
RDV sur Doctolib
et secrétariat 04 68 81 00 84

Dr Jérôme MIQUEL-JEAN
Maison médicale - Prats de Mollo
Médecine Thermale & Générale
RDV sur Doctolib
et secrétariat 04 68 39 08 85

Plus d'infos!



Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal dès que vous avez effectué votre réservation thermale et, dans tous les cas, avant votre arrivée.

Cette liste a été établie au 1^{er} octobre 2024 ; elle peut donc être sujette à modification éventuelle en cours de saison.

L'hygiène, notre priorité

Au sein du Service Central Qualité, Hygiène et Ingénierie sanitaire, notre préoccupation est de tout mettre en œuvre pour vous garantir les meilleures conditions d'hygiène et des soins thermaux. Nous suivons de manière assidue la qualité de l'eau minérale naturelle circulant dans les installations et distribuée aux postes de soins, ainsi que celle des soins à base de boue thermale ; sans oublier la vérification de l'efficacité et de l'application des procédures de nettoyage – désinfection des locaux et des postes de soins. Sur une saison thermale, cette équipe, forte d'une expérience et de compétences en microbiologie reconnue par les Autorités de Tutelle, réalise **plus de 400 analyses bactériologiques**, en appliquant des méthodes spécifiques et normées.

Les soins THERMAUX

Un panel de
16 soins
thermaux
sont dispensés
dans les
Thermes



RH **BAIN DE VAPEUR (VAPORARIUM)**
AU Installé dans une salle où l'eau thermale est nébulisée sous forme de très fines particules, votre corps bénéficie de cette atmosphère de brouillard thermal chaud. Vos muscles se détendent et vos muqueuses respiratoires sont exposées à de microgouttelettes chargées de soufre, aux effets anti-inflammatoires.

RH **BAIN EN BAIGNOIRE**
AU Le bain crée une importante vasodilatation sous-cutanée qui permet détente musculaire et meilleure oxygénation tissulaire.

AU **IRRIGATION VAGINALE**
Cette technique thermale, dispensée avec une sonde à double courant a une action décongestionnante et antalgique au niveau du petit bassin tant sur les organes génitaux féminins que les voies urinaires basses (vessie). Les muqueuses retrouvent un pH normal s'opposant à la prolifération des mycoses et des bactéries pathogènes.

RH **BAIN THERMAL AVEC DOUCHE SOUS-MARINE**
AU L'imprégnation générale de l'organisme par les éléments soufrés de l'eau du bain est facilitée. Les métabolismes circulatoires et le drainage tissulaire sont activés avec la sédation concomitante du système nerveux. Cet effet d'hydromassage dont l'intensité peut être modulée, améliore la circulation de retour et facilite l'élimination urinaire (drainage).

RH **CATAPLASMES D'ARGILE**
AU Un ensemble de "coussins" de montmorillonite, mélangée à de l'eau thermale, portée à la température de 50°C est appliqué sur les articulations douloureuses, pendant 10 minutes. La chaleur douce et son inertie, permettent une décontraction intense de tous les groupes musculaires supportant les articulations, notamment des muscles profonds, difficiles à atteindre (rhomboides, dentelés, scalènes, épineux, iliocostal, iliaques, glutéaux) et l'apaisement des douleurs. Ce soin prépare idéalement les articulations à la rééducation.

RH **CURE DE BOISSON EN SALLE D'INGESTION**
AU Les effets internes de la cure de boisson constituent, essentiellement par l'action du soufre, de la silice et des oligoéléments, un élément de base du traitement thermal. Ce traitement s'effectue dans une salle spécifique. L'action de l'eau s'exerce directement sur les muqueuses qu'elle régénère et stimule également la défense locale de l'organisme contre les agents infectieux. À La Preste, c'est à la source Apollon que le patient vient effectuer sa prescription. Le curiste doit scrupuleusement respecter les recommandations du médecin qui précise la quantité des prises de boisson et leurs horaires.

RH **DOUCHE DE FORTE PRESSION SOUS IMMERSION EN PISCINE MÉDICINALE**
Immergé pendant 10 minutes dans un bassin d'eau thermale, vous êtes placé face à une rampe de jets sous-marins de forte pression. Une séquence ascendante de jets est projetée sur votre dos, ce qui a pour effet de "masser" les masses musculaires de chaque côté de la colonne, jusqu'au coccyx. Dans ce soin, ce sont les grands muscles "superficiels" qui sont ciblés (trapèzes supérieur et inférieur, grand dorsal, fascia thoraco-lombaire).

RH **DOUCHE GÉNÉRALE OU LOCALE AU JET**
AU Administrée à une distance variable du patient au moyen d'une lance propulsant un jet d'eau thermale sous pression modulée et dirigée par l'agent thermal sur les zones du corps indiquées par le médecin, elle produit un effet de percussion et de vibration des masses musculaires ; la force d'application est précisée selon les cas. Elle constitue un puissant stimulant, accompagné d'un effet tonique circulatoire, alternant avec un phénomène de détente nerveuse.

RH **DOUCHE LOCALE DES MAINS ET (OU) DES PIEDS**
Manudouche et manupulvérisation Pédidouche et pédipulvérisation. Il s'agit de douches locales des mains et avant-bras ou des membres inférieurs jusqu'au niveau des genoux, diffusées au travers de plusieurs centaines de trous filiformes de 2 mm de diamètre.

RH **DOUCHE PÉNÉTRANTE GÉNÉRALE**
AU Installé sur le ventre, une douche constituée de plusieurs jets fins et puissants balaye l'ensemble de votre dos, de la nuque aux fesses. On vise ici la détente des muscles superficiels (trapèzes, dorsaux, fessiers) et des fascias. Le rythme lent et répétitif de la douche favorise la sédation des douleurs et un état général de bien-être psychique (vigilance modifiée proche de l'état d'hypnose).

RH **DOUCHE SOUS IMMERSION EN PISCINE MÉDICINALE**
Cette pratique thermale s'effectue en piscine ; chaque poste est équipé de jets automatiques intégrés dont chaque patient peut régler lui-même la hauteur, pour masser les zones du corps précisées par le médecin thermal.

AU **ENTEROCLYSE OU DOUCHE INTESTINALE**
Cette technique réalisée par la pose d'une canule, entraîne l'imprégnation goutte-à-goutte de la muqueuse intestinale et a un double rôle : antalgique et cicatrisant des microlésions à la surface des villosités intestinales. Elle contribue à rétablir un transit intestinal normal. En régularisant le processus de fermentation intestinale, elle favorise l'action des sécrétions digestives (biliaires et pancréatiques).

RH **MASSAGE AU BAUME THERMAL**
AU Dispensées par des masseurs kinésithérapeutes diplômés d'État, ces séances sont effectuées sur une table de massages. Les zones à traiter sont précisées sur la prescription du médecin thermal. Le massage peut constituer un drainage veino-lymphatique ou un massage décontractant de l'articulation souffrante.

RH **PISCINE THERMALE ACTIVE (RÉÉDUCATION EN PISCINE)**
Sous la direction d'un éducateur en activité physique adaptée D.E., vous réalisez, pendant 15 minutes, un enchaînement de mouvements de rééducation qui ont pour vocation d'augmenter votre mobilité articulaire et la force des muscles périarticulaires. Ce programme de rééducation est évolutif tout au long de la semaine et permet de travailler plusieurs zones du corps.

Exclusif!



LIT HYDROMASSANT*

Bienfaits de la chaleur enveloppante, efficacité des mobilisations douces et profondes des muscles et articulations, sensation très relaxante du massage sans contact humide avec le corps. Vous êtes étendu sur un matelas d'eau chaude dont les hydrojets massent entièrement votre dos et le corps entier en mouvements circulaires pour un effet relaxant et décontractant.

HYDROXEUR EN BAIGNOIRE*

Bain bouillonnant de microbulles et jets hydromassants par cycles réguliers suivant le sens du retour veineux dans une baignoire ergonomique remplie d'eau thermale.

* Soins complémentaires hors forfait cure conventionnée, non pris en charge par la Sécurité Sociale.

AU **PULVÉRISATION ANALE OU PÉRINÉALE**
Ce soin thermal stimule le périnée par effet de résonance et aide à la rééducation périnéale. Son action anti-inflammatoire, douce sur les muqueuses génito-urinaires, décongestionne les tissus infectés.

RH **SUDATION EN CABINE**
Ce soin offre les conditions idéales de relaxation en favorisant l'élimination des toxines et le retour à un rythme biologique normal dans un milieu ambiant contrôlé.

DES THERMES *tout confort*

En pleine nature, les Thermes de La Preste abritent, sur une superficie de plus de 2 100 m², le Service de soins Standard et le Service Premier qui bénéficient de toute l'expérience acquise au fil des années en matière d'accueil et d'organisation de soins. Le Service Standard vous accueille sur 3 niveaux, desservis par des escalators. La piscine d'eau thermale ainsi que le service de cataplasmes et la salle de repos, sont en lumière de jour, grâce à de larges baies ouvertes sur la vallée.



La buvette



15 cabines de cataplasmes



Pour visiter nos établissements et découvrir nos soins avant de réserver, participez aux

**Journées découverte
À DATES FIXES**

16 mai • 27 juin • 19 septembre • 17 octobre

Infos et réservations 04 68 87 88 60



Vaporarium



Découvrez
notre station
en vidéo



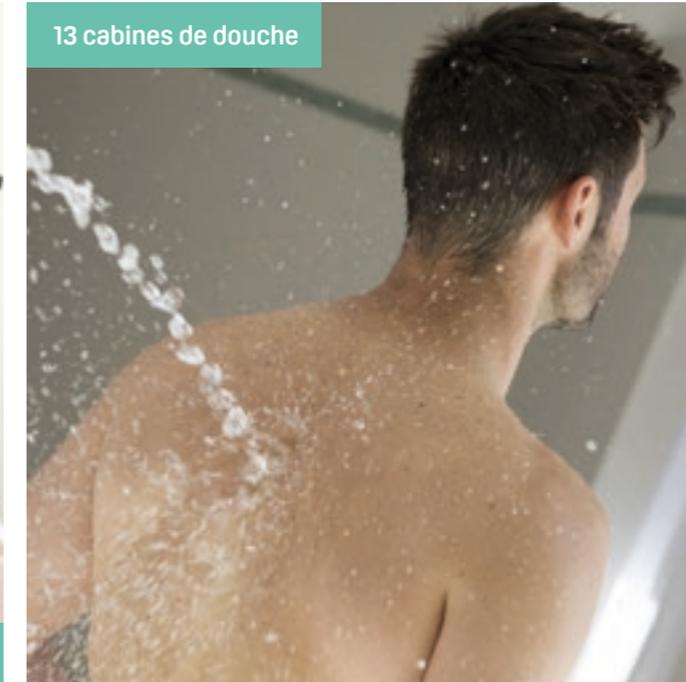
14 cabines de bains
polyvalents



1 piscine d'eau thermale
grande ouverte sur la nature



1 centre esthétique



13 cabines de douche

**OUVERTS
DU 31 MARS AU
15 NOVEMBRE
2025**

AVR	faible
MAI	moyenne
JUIN	moyenne
JUIL	faible
AOÛT	très forte
SEPT	très forte
OCT	très forte
NOV	faible

Affluence :

- très forte
- moyenne
- faible



Nos cures

RHUMATOLOGIE (RH)

La cure thermale Rhumatologie est une thérapie reconnue par les autorités de Santé pour sa capacité à réduire les douleurs chroniques, augmenter force musculaire et souplesse articulaire.

Qu'elle soit conventionnée (18 jours) ou libre (à partir de 5 jours), votre cure thermale Rhumatologie se déroule quotidiennement de la même façon : une durée d'environ 1 h 30 et un parcours de 4 soins thermaux.

Pour s'adapter parfaitement à votre santé, les soins sont sélectionnés selon vos besoins avec le médecin thermal.

Plus d'infos!



POURQUOI FAIRE UNE CURE THERMALE EN RHUMATOLOGIE

ÉTAPE 1

SOULAGER LES DOULEURS

L'eau thermale est utilisée directement dans des bains (eau thermale et/ou boue), qui imprègnent totalement le corps, décontractent les articulations douloureuses et les muscles périphériques (ceux qui soutiennent l'articulation défaillante).

Cette action antalgique, pérenne dans le temps, doit vous permettre de réduire votre consommation médicamenteuse, notamment d'anti-inflammatoires.

ÉTAPE 2

RÉÉDUQUER

L'objectif suivant consiste à résorber les douleurs en réduisant progressivement les articulations défaillantes. Les soins de rééducation renforcent les muscles, qui soutiennent mieux les articulations et augmentent la souplesse des articulations.

RHUMATOLOGIE (RH)

ARTHROSE

RHUMATISMES DÉGÉNÉRATIFS

INFLAMMATOIRES

LOMBALGIE

TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

SCIATIQUE

TENDINITES

POLYARTHRITE RHUMATOÏDE

SPONDYLARTHRITE ANKYLOSANTE

SÉQUELLES DE TRAUMATISMES

OU D'INTERVENTIONS CHIRURGICALES

INFLAMMATION CHRONIQUE DES TENDONS

SYNDROME FIBROMYALGIQUE

RAIDEURS ARTICULAIRES

CERVICALGIES

La double orientation

soigner ses affections rhumatismales ou bien ses affections de l'appareil urinaire **en même temps, c'est possible !**



72% des curistes ont augmenté leur niveau d'activités quotidiennes 9 mois après cure

CHOISISSEZ LA FORMULE ADAPTÉE À VOTRE PATHOLOGIE :

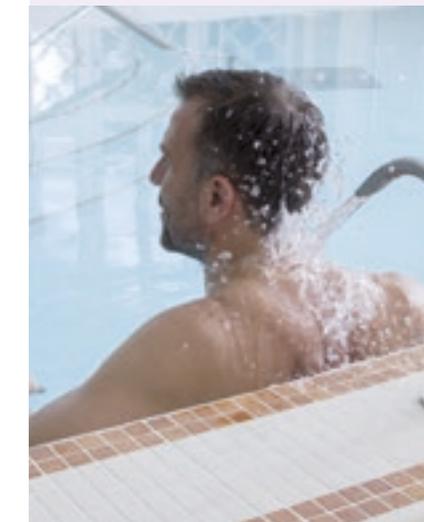
cure conventionnée 18 jours ou **cure libre** de 5 à 18 jours

CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS*		PRIX LIMITE DE FACTURATION (PLF)
PLF en vigueur au 1 ^{er} mars 2024 pouvant évoluer selon réglementation applicable		
TARIFS	CURE THERMALE RH	72 séances de soins ciblés avec ou sans kinésithérapie
	DOUBLE ORIENTATION RH + AU	+ 36 séances de soins AU
CURE LIBRE DE 5 À 18 JOURS**		
	5 jours	365 €
	Journée supplémentaire	+50 €

* Pris en charge par l'Assurance Maladie ** Non pris en charge - Le détail du programme de soins sera défini à votre arrivée, au regard de vos objectifs de séjour, des éventuelles contre-indications à la pratique de certains soins, et à la disponibilité des différents soins, à la date de début du séjour.

DES SOINS TRÈS CIBLÉS

- Piscine thermale de mobilisation
- Bain en eau thermale
- Bain avec douche sous-marine
- Douche générale
- Douche générale au jet
- Douche locale au jet
- Douche sous immersion en piscine médicinale
- Douche pénétrante hydromassante
- Douche de forte pression sous immersion en piscine
- Cataplasmes de boue (argile) en application locale unique ou multiple
- Bain de vapeur
- Massages au baume thermal
- Sudation en cabine
- Douche locale mains pieds



79% des curistes concernés dorment mieux encore 9 mois après la cure

Votre prise en charge par l'Assurance Maladie p. 31

Votre cure "surclassée" p. 20

Votre cure libre p. 32



Nos cures

AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE ET MALADIES MÉTABOLIQUES (AU)

Obésité, graisse viscérale et tour de taille trop importants, pré-diabète ou diabète 2, hypertension... tous ces troubles s'associent fréquemment en Syndrome Métabolique, ce déséquilibre du métabolisme qui a un fort retentissement sur la qualité de vie et une incidence sur l'espérance de vie en bonne santé. Il n'existe à ce jour aucun traitement médicamenteux et la seule intervention éprouvée se concentre sur la prévention et l'inversion des symptômes : perte de poids (notamment de graisse abdominale), adoption d'une alimentation saine, développement de la capacité cardiorespiratoire et développement de la masse musculaire.

La cure thermale dédiée au syndrome métabolique agit comme un séjour de réhabilitation. On utilise les soins thermaux, l'activité physique adaptée et une intervention diététique pour initier l'inversion des symptômes.

Qu'elle soit conventionnée (18 jours) ou libre, votre cure thermale Appareil urinaire & Métabolisme se déroule quotidiennement de la même façon : une durée d'environ 1 h 30 et un parcours de 4 soins thermaux.

Plus d'infos!



AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE ET MALADIES MÉTABOLIQUES (AU)

- SURCHARGE PONDÉRALE SIMPLE
- OBÉSITÉ GÉNÉRALISÉE OU LOCALISÉE
- TROUBLES DE LA GLYCORÉGULATION, PRÉDIABÈTE
- DIABÈTE NON INSULINO-DÉPENDANT
- GOUTTE
- HYPERURICÉMIE
- LITHIASES OU CALCULS URINAIRES
- COLIQUES NÉPHRÉTIQUES
- CYSTITES – PYÉLONÉPHRITES
- COLIBACILLOSE URINAIRE
- INFECTIONS URINAIRES
- GASTRITES SIMPLES OU MÉDICAMENTEUSES
- INSUFFISANCE HÉPATIQUE
- COLITES / ENTÉROCOLITES
- HYPERTROPHIE BÉNIGNE DE LA PROSTATE (HPB) OU ADÉNOME DE LA PROSTATE

Pour s'adapter parfaitement à votre santé, les soins thermaux sont sélectionnés selon vos besoins.

Historiquement, les stations thermales dédiées aux maladies néphrétiques ou urinaires ont toujours eu vocation à traiter les déséquilibres du métabolisme. On imagine que la composition des eaux thermales était proche ou similaire et que c'est ainsi que ces deux spécialités ont été considérées comme proches, justifiant cette dualité de prescription.

Si cet agrément historique est encore aujourd'hui en vigueur, ce sont pourtant deux familles de pathologies très différentes, qui justifient pour chacune une stratégie thérapeutique distincte.

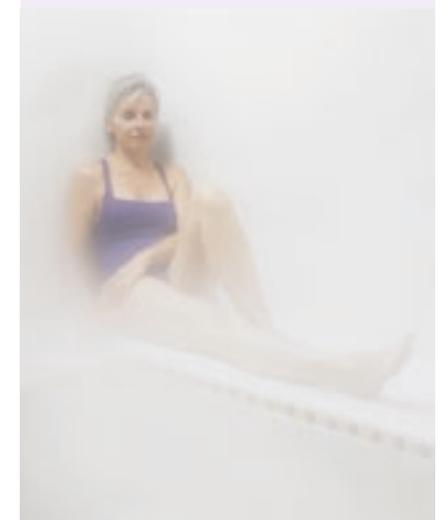
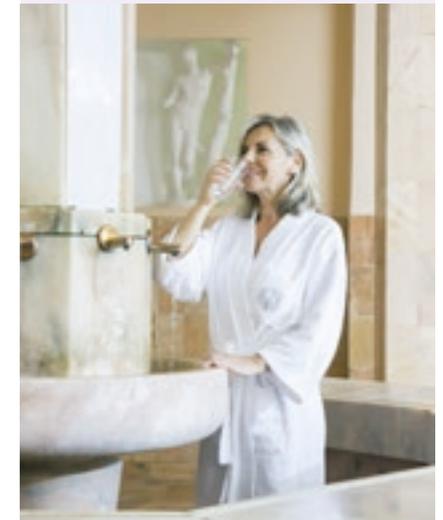
CHOISISSEZ LA FORMULE ADAPTÉE À VOTRE PATHOLOGIE :
cure conventionnée 18 jours ou cure libre de 5 à 18 jours

CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS*		PRIX LIMITE DE FACTURATION (PLF)
		PLF en vigueur au 1 ^{er} mars 2024 pouvant évoluer selon réglementation applicable
TARIFS	CURE THERMALE AU	72 séances de soins ciblés avec ou sans mobilisation en piscine
	DOUBLE ORIENTATION AU + RH	+ 36 séances de soins RH
		De 640,18€ sans kiné à 670,40€ avec kiné
		339€
CURE LIBRE DE 5 À 18 JOURS**		
	5 jours	365 €
	Journée supplémentaire	+50 €

* Pris en charge par l'Assurance Maladie ** Non pris en charge - Le détail du programme de soins sera défini à votre arrivée, au regard de vos objectifs de séjour, des éventuelles contre-indications à la pratique de certains soins, et à la disponibilité des différents soins, à la date de début du séjour.

DES SOINS TRÈS CIBLÉS

- Cure de boisson en salle d'ingestion
- Bain en eau thermale
- Bain de vapeur
- Bain avec douche sous marine
- Irrigation vaginale
- Douche générale
- Douche générale au jet
- Douche locale au jet
- Douche thermale pénétrante
- Pulvérisation anale et périnéale
- Entérocluse
- Massages au baume thermal
- Cataplasmes de boue (argile) en application locale unique



La double orientation
soigner ses affections rhumatismales ou bien ses affections de l'appareil urinaire et ses maladies métaboliques **en même temps, c'est possible !**



59% des curistes ont augmenté leur niveau d'activités quotidiennes 9 mois après cure

Votre prise en charge par l'Assurance Maladie p. 31

Votre cure "surclassée" p. 20

Votre cure libre p. 32



La double orientation

soigner ses affections rhumatismales ou bien ses affections de l'appareil urinaire **en même temps, c'est possible !**

Votre prise en charge par l'Assurance Maladie p. 31

Votre cure "surclassée" p. 20

Votre cure libre p. 32

AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE (AU)

Douleurs, brûlures en urinant, fièvre, fatigue chronique...

Les pathologies touchant l'appareil urinaire ont un retentissement important sur la qualité de vie. Leurs symptômes sont contraignants au quotidien et tendent à fragiliser les relations sociales et la vie familiale... la cure thermique Appareil urinaire & Métabolisme est une thérapie reconnue par les autorités de Santé pour sa capacité sans effet secondaire à diminuer les douleurs, ainsi que la fréquence des crises et des infections.

Les soins thermaux sélectionnés agissent en 2 temps :

1 - moins de douleurs

- cataplasme d'argile thermique abdominal
- douche sous immersion
- douche thermique au jet

2 - combattre l'infection

- cure d'eau thermique
- bain avec irrigation vaginale
- hydrothérapie colorectale
- douche thermique périnéale micro-filiforme

POURQUOI FAIRE UNE CURE THERMALE POUR LES AFFECTIONS DES VOIES URINAIRES

ÉTAPE 1

Les soins soulagent la douleur : l'eau thermique est utilisée directement sur les muqueuses pour les nettoyer en profondeur et calmer l'inflammation. Une cure de boisson d'eau thermique favorise la diurèse et des soins quotidiens de balnéothérapie, douches, bains, cataplasmes qui calment les douleurs rayonnant sur les zones proches de la vessie et de l'urètre.

La cure est particulièrement indiquée aux femmes jeunes souffrant de cystites à répétition. Elle est aussi efficace pour les personnes associant une constipation chronique, des cristaux ou une malformation urétrale.

ÉTAPE 2

L'eau thermique par sa composition chimique agit en douceur sur les colonies bactériennes tel un antiseptique. L'instillation d'eau dans les voies digestives (colon, rectum, anus) et la voie vaginale permet de "nettoyer" et de limiter la migration de bactéries ou de levures responsables de l'infection dans l'arbre urinaire.

Enfin, la cure thermique ciblée sur les infections urinaires fournit également aux patients les moyens d'être plus autonomes face à leur maladie. Le travail d'éducation est en effet essentiel pour les aider à mieux identifier les facteurs de risque favorisant la survenue des symptômes, et fournir un ensemble de stratégies de prévention.

Ces 2 modes d'actions, combinés sur un même temps thérapeutique, vous permettent de sortir du cercle vicieux "douleurs, fatigue et baisse de la qualité de vie, dégradation de la santé mentale, syndrome douloureux chronique et baisse de la qualité de vie..."

MALADIES METABOLIQUES (AU)

Obésité, graisse viscérale et tour de taille trop importants, pré-diabète ou diabète 2, hypertension... tous ces troubles s'associent fréquemment en Syndrome Métabolique, ce déséquilibre du métabolisme qui a un fort retentissement sur la qualité de vie et une incidence sur l'espérance de vie en bonne santé. Il n'existe à ce jour aucun traitement médicamenteux et la seule intervention éprouvée se concentre sur la prévention et l'inversion des symptômes : perte de poids (notamment de graisse abdominale), adoption d'une alimentation saine, développement de la capacité cardiorespiratoire et développement de la masse musculaire.

La cure thermique dédiée au syndrome métabolique agit comme un séjour de réhabilitation.

On utilise les soins thermaux, l'activité physique adaptée et une intervention diététique pour initier l'inversion des symptômes.

Les soins thermaux sélectionnés agissent en 2 temps :

1 - reprendre possession de son corps

- douche de forte pression sous immersion
- douche thermique au jet
- bain thermal hydromassant
- douche thermique pénétrante oscillante

2 - relancer l'activité métabolique

- piscine thermique active
- en option :
 - encadrement diététique
 - activité physique adaptée complémentaire
 - aquagym

POURQUOI FAIRE UNE CURE THERMALE EN MÉTABOLISME ?

ÉTAPE 1

Les personnes atteintes de syndrome métabolique sont généralement sujettes à plusieurs symptômes douloureux, concentrés notamment sur les articulations (membres inférieurs et dos). Une partie des soins est utilisée pour calmer ces douleurs. Les douleurs sont apaisées, les articulations sont plus mobiles : le corps est prêt à l'exercice physique. Les soins permettent aussi par extension de se réapproprier son corps par un effet de tonification et d'amélioration de l'estime de soi.

ÉTAPE 2

La seconde partie des soins se concentre sur le réentraînement du corps à l'effort (souffle et rythme cardiaque) et le développement de la masse musculaire. En parallèle des soins thermaux, on introduit idéalement pendant la cure un suivi diététique (consultations et/ou ateliers) et/ou un programme d'activité physique adaptée et encadrée. Ces activités complémentaires seront d'autant plus essentielles que la cure thermique est courte.

Ces 2 modes d'actions, combinés sur un même temps thérapeutique, vous permettent de relancer efficacement les mécanismes métaboliques "moins de douleurs articulaires, plus de mouvement, amélioration du souffle et de la capacité cardiaque, plus de mouvement, augmentation de la masse musculaire, diminution de la masse grasse..."



La double orientation

soigner ses affections rhumatismales ou bien ses maladies métaboliques **en même temps, c'est possible !**

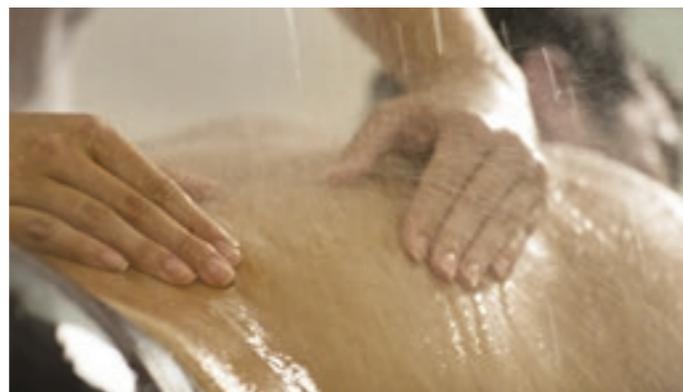
Votre prise en charge par l'Assurance Maladie p. 31

Votre cure "surclassée" p. 20

Votre cure libre p. 32

NOS PROGRAMMES complémentaires

En complément de votre cure conventionnée 18 jours
ou de votre cure libre de 5 à 18 jours,
les programmes répondent à des objectifs ciblés.



TOUTE
LA SAISON
THERMALE

Non pris
en charge par
l'Assurance
Maladie



STARTER MINCEUR (AU+RH)

Nouveau!

TARIFS LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie) **169 €**
Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation

OBJECTIF 1

ANALYSER SON CAPITAL SANTÉ

- 1 bilan nutritionnel avec la diététicienne (45 mn)
- 1 bilan d'impédancemétrie (15 mn)
- 1 évaluation personnalisée de la condition physique (30 mn)

OBJECTIF 2

REPRENDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- 6 séances activité physique adaptée (45 mn)
- 3 séances aquagym (40 mn)
- 1 pack 3 randonnées

OBJECTIF 3

PRENDRE SOIN DE SON CORPS ET DE SON ESPRIT

- 3 accès au bain de vapeur (10 mn)
- Accès aux conférences diététiques
- Au choix : 1 atelier de cuisine (90 mn) ou 1 atelier jus detox (60 mn)

DOS, LOMBAIRES ET CERVICALES (RH)

TARIFS LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie) **165 €**
Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation

OBJECTIF 1

SE RÉAPPROPRIER SON CORPS PAR LA GESTION DE LA DOULEUR ET DE LA FATIGUE

- 1 modelage décontractant au baume thermal (10 mn)
- 1 séance de Lit hydromassant ou de Bain hydromassant (10 mn)
- 1 séance de shiatsu ou 1 modelage crânien (25 mn)

OBJECTIF 2

AMÉLIORER SA QUALITÉ DE VIE GRÂCE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- 1 consultation de kinésithérapie spéciale dos (60 mn, 30 mn bilan + 30 mn thérapie manuelle)
- 1 séance de stretching doux (45 mn)
- 2 séances de renforcement chaîne postérieure (45 mn)
- 2 séances de gym méthode de Gasquet (45 mn)
- 3 séances collectives de rééducation ciblée en piscine
- Accès libre aux conférences

CYSTITE ET PROSTATITE (AU)

TARIFS LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie) **140 €**
Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation

OBJECTIF 1

COMPRENDRE LA MALADIE ET LA PRÉVENIR

- 1 consultation personnalisée de kinésithérapie (60 mn, 30 mn bilan + 30 mn rééducation)
- 1 bilan nutritionnel personnalisé (60 mn)

OBJECTIF 2

RÉÉDUCER SON CORPS ET REPRENDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- 1 séance de gym méthode de Gasquet abdomino-pelvienne (45 mn)
- 1 séance de gym détente douce (45 mn)
- 1 modelage décontractant ventre ou lombaire au baume thermal (10 mn)
- 1 séance de shiatsu (25 mn)
- 5 accès au bain de vapeur pendant les soins (10 mn)
- Accès libre aux conférences

CURE & RANDONNÉE (RH+AU)

Nouveau!

TARIFS LE PROGRAMME SPÉCIFIQUE (non pris en charge par l'Assurance Maladie) **250 €**
Des arrhes de 30 € sont demandées à la réservation

- 1 randonnée "Ferme de Perafeu" et pause méditative (3h)
- 1 randonnée "Col Prégon" ou "col de Siern" ou "Cabanes de l'Ouillat" (2h30)
- 1 randonnée "Découverte du Patrimoine" (4h) et pique-nique champêtre
- 1 conférence sur la Faune Sauvage de la région
- 2 séances d'Aquastretch Post-rando (45 mn)
- 1 accès Spa Liberté (90 mn)

Du 28 avril au 10 mai 2025

Du 2 au 14 juin 2025

Du 22 septembre au 4 octobre 2025

L'OPTION *santé active*

À la carte ! Un forfait d'activités et de séances Santé ou Bien-être à sélectionner selon vos besoins et envies !



**FORMULE
MINI**
3 activités bien-être
et santé au choix
85€*

**FORMULE
CLASSIC**
6 activités bien-être
et santé au choix
165€*

Activités bien-être

LIT HYDROMASSANT

20 mn - Laissez-vous flotter sur un matelas d'eau dont les buses puissantes massent tout votre corps avec de longs mouvements circulaires, en se concentrant sur les zones de contractures.

BAIN HYDROMASSANT

20 mn - Comme un jacuzzi privatif, le bain hydromassant masse l'ensemble de votre corps avec une séquence de nombreux jets d'eau thermale doux et puissants à la fois. Ce soin est incontournable de la détente et du sommeil retrouvé.

BAIN DE VAPEUR

6 séances de 10 mn

Dans une ambiance chaude saturée en vapeur thermale, vous apaisez vos douleurs et évacuez vos toxines.

SHIATSU

25 mn - Cette technique de massage par pression soulage les troubles liés à la rhumatologie, problèmes respiratoires et digestifs.

CHECK UP BEAUTÉ ET SON MASQUE VISAGE

20 mn - Diagnostic de peau vous permettant de trouver une routine de soin adaptée pour retrouver un grain de peau lisse et doux.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE [EXCLUSIF CLASSIC]

20 mn - Cette technique procède par une pression sur le pied qui est la représentation miniature du corps. Elle libère du stress, soulage des tensions et relaxe.

Activités santé

AQUAGYM

3 séances de 30 mn + 10 mn

Pour vous tonifier en douceur, cette séance de 30 minutes de gymnastique dispensée par un kinésithérapeute est suivie de 10 minutes de jets sous-marins.

CONSULTATION DIÉTÉTIQUE

45 mn - Avec une diététicienne diplômée, apprenez à élaborer des repas équilibrés et prévenir ou prendre en charge les problèmes de surpoids, incontournables en cas d'affections rhumatismales. Apprenez à adapter votre alimentation à votre pathologie génito-urinaire.

ATELIER DE CUISINE

60 mn - En présence de la diététicienne, venez élaborer une recette savoureuse et allégée et repartez avec les trucs et astuces pour une cuisine plus équilibrée.

ATELIER DU DOS

60 mn - Dispensé par un kinésithérapeute cet atelier vous apprend quels gestes et postures privilégier au quotidien pour limiter les douleurs de votre dos.

GYM CARDIO

45 mn - Il s'agit d'une série d'exercices visant à augmenter la fréquence cardiaque pendant une durée prolongée afin de stimuler le système cardiorespiratoire. Les exercices cardio sont conçus pour renforcer le cœur et les poumons, améliorer la circulation sanguine et brûler des calories.

ATELIER JUS DETOX

60 mn - Séance pratique et éducative où les participants apprennent à préparer des jus à base de fruits et légumes dans le but de détoxifier l'organisme.

SOPHROLOGIE INDIVIDUELLE

60 mn - Pour mieux gérer votre stress, le/la sophrologue propose un ensemble de techniques de relaxation.

ATELIER DE RELAXATION ET RESPIRATION

60 mn - Dispensé par le/la sophrologue, vous apprendrez à vous détendre en appréhendant mieux votre corps.

GYM FONDAMENTALE GASQUET

2 séances de 45 mn

Méthode d'exercice spécialisée dans la rééducation périnéale et la santé des femmes. Cette approche se concentre sur des mouvements qui favorisent une bonne posture, une respiration adéquate et le renforcement des muscles profonds, en particulier ceux du périnée et de la sangle abdominale.

RANDONNÉE

3 séances

Encadrée par un guide, dans les montagnes alentour et adaptée aux conditions des participants, la randonnée offre des bienfaits physiques (amélioration de la condition physique, endurance) et mentaux (réduction du stress, connexion avec la nature).



* des Arrhes de 30€ sont demandées à la réservation.

Le service Premier

OFFREZ-VOUS UNE CURE PREMIUM

Ouvert du 31 mars au 15 novembre 2025

L'accès au **SERVICE PREMIER** en complément de votre cure thermale à partir de **14€/jour**

Non pris en charge par l'Assurance Maladie

Au cœur des Thermes de La Preste, cet écrin historique vous propose des cabines individuelles élégamment décorées, un accueil ultra-personnalisé ainsi que des prestations haut-de-gamme



DES AVANTAGES EXCLUSIFS

- Linge Deluxe à volonté
- + Un accueil et un accompagnement personnalisés
- + Un espace à taille humaine et un nombre de curistes volontairement limité, pour une cure "ultra-chouchoutée"
- + Une équipe sélectionnée, dédiée au Service Premier
- + Des horaires de soins plus souples
- + Votre sac de cure offert, en cas d'oubli



DES ESPACES DE SOINS ÉLÉGANTS ET RÉSERVÉS AU SERVICE PREMIER

- 200 m² d'espaces "privés"
- + Vestiaire "haut de gamme" attitré
- + salle de repos
- + Tisanes Bio à volonté



LES PETITES ATTENTIONS QUI FONT LA DIFFÉRENCE

- 1 soin Spa offert : lit hydromassant
- + 1 atelier collectif offert parmi Jus Détox, une Relaxation ou une randonnée au choix
- + Service "Conciergerie de Cure"
- + Un petit-déjeuner convivial pendant votre séjour

L'institut de beauté

LE TOP 5 DE NOS SOINS SPAS ET BEAUTÉ

Du mardi au samedi toute la journée

MASSAGE* RELAXANT

100 % SUR MESURE PAR SOTHYS

75€ (40 MN)

Choisissez votre texture préférée : huile nourrissante, crème douce et onctueuse, cire fondante ou beurre de karité. Plusieurs évasions au choix : citron & petitgrain - fleur d'oranger & bois de cèdre - cannelle & gingembre - pour un modelage complet et cocon.

TRAITEMENT INTENSIF JEUNESSE

BP3 TRI COMPLEX PAR SOTHYS

106€ (75 MN)

Ce soin intensif allie 8 formules spécifiques et 5 étapes clés : nettoyage, exfoliation douce, modelage jeunesse pour booster les structures des tissus cutanés, application d'un masque intensif, pose d'un sérum jeunesse. Les 3 actifs brevetés de safran, sophora japonica et peptides stimulent la production de collagène et renforcent les mécanismes d'auto-défense de l'épiderme. Votre peau est visiblement plus jeune.

SOIN ULTRA FRAÎCHEUR

JAMBES TONIQUES PAR SOTHYS

75€ (45 MN)

Ce protocole ultra-fraîcheur combine 3 actifs reconnus pour leurs propriétés tonifiantes et stimulantes. Au cœur de ce soin, un double massage : une technique spécifique visant à alléger les jambes, renforcée par un massage des pieds à travers des frictions et pressions tonifiantes.

GRAND RITUEL CORPS ET VISAGE

REN'ESSENCE PAR SOTHYS

134€ (75 MN)

Ce grand rituel ultra-complet allie un Soin Visage Oxygénant, avec exfoliation, modelage détoxifiant et masque cocon végétal, suivi d'un Massage* 100 % sur mesure du corps. Évasion et renouveau garanti, de la pointe des pieds au sommet du crâne.

MASSAGE* PROFOND

NUTRI-DÉLASSANT PAR SOTHYS

96€ (60 MN)

Un massage* de haute qualité inspiré du Deep Tissue, spécialement conçu pour apporter confort et détente absolue. À recommander aux sportifs, pour tonifier ou reconforter avant ou après la pratique sportive, ou aux amateurs de massages « premium » pour détendre tous les muscles du corps en profondeur, et redonner de la souplesse aux peaux sèches.

À DÉCOUVRIR

La gamme Sothys Organics® certifiée ecocert cosmos organics, une variété de soins à la haute efficacité biologique. Gommage, massage, enveloppement, seul ou en combinaison. Construisez avec votre esthéticienne Sothys votre moment d'évasion idéal.



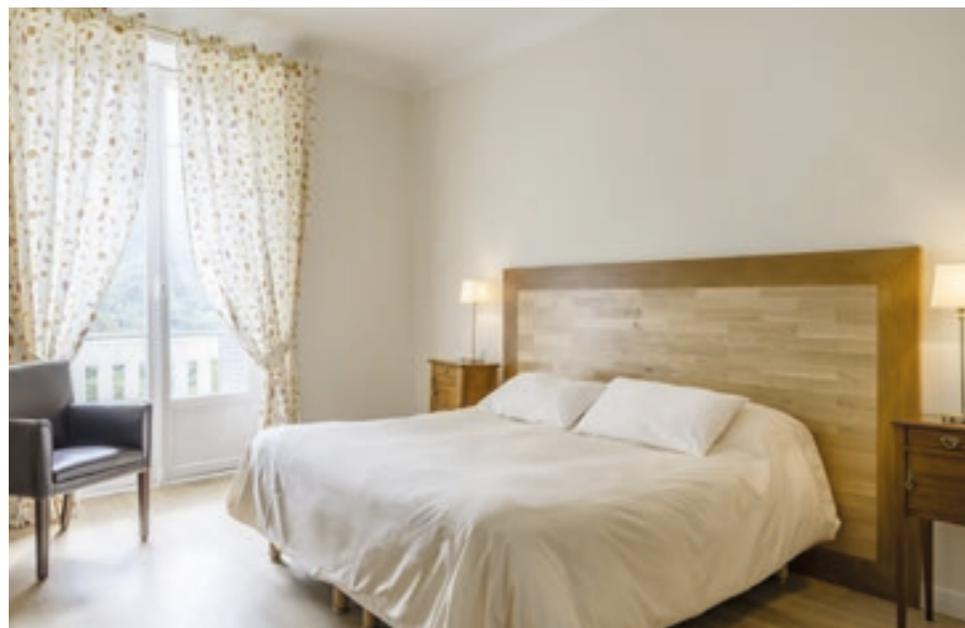
NOS hébergements

HÔTEL-RESTAURANT LE GRAND HÔTEL***

Dans un domaine arboré, en accès direct aux thermes, un hôtel de grand charme, aux vastes chambres agrémentées de meubles anciens et de jolies étoffes, avec vue sur la nature environnante. Spacieux et magnifiques, salons et bar. Restaurant, cuisine méditerranéenne et gourmande tous régimes avec formule pension, demi-pension ou passage.



CATÉGORIE	TARIF FORFAIT 22 NUITS	
Chambre Classique	▶ 20 m ²	▶ dès 1 144 €
Chambre Confort	▶ 26 m ²	▶ dès 1 452 €
Chambre Supérieure	▶ 39 m ²	▶ dès 1 584 €



à partir de
52€
nets TTC

par nuit
sur la base d'un forfait hébergement pour 2 personnes (22 nuits/cure de 18 jours)

CONFORT

- Ascenseurs
- Accès personnes handicapées
- Téléphone direct
- Wifi
- Terrasse ou jardin
- Télévision avec bouquet thématique dans les chambres
- Canal+ et chaînes sports au bar
- Service de lingerie
- Kit bébé (lit, table à langer)
- Animations : jeux de société, soirées dansantes, etc.
- Réception Bagages livrés

ATOUPS

- Chèques-Vacances acceptés
- Boutique
- Bibliothèque
- Bureau de Poste
- Institut de beauté
- Accès direct aux thermes par ascenseur



01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr

Pour nous joindre : 04 68 87 88 60

Ouvert du 30 mars
au 15 novembre 2025



RÉSIDENCE THERMALE - RÉSIDENCE DE TOURISME***



Situés dans l'aile sud du Grand Hôtel, côté vallée du Tech, 33 studios lumineux, de grand confort, dotés d'équipements modernes et fonctionnels. La Résidence Thermale est reliée directement à l'établissement Thermal, vous y effectuerez votre séjour dans d'excellentes conditions de confort et de repos en bénéficiant des services et activités du Grand Hôtel.

CATÉGORIE	TARIF FORFAIT 22 NUITS	
Studio Standard	▶ 14 à 22 m ² - 1 pers	▶ dès 1 210 €
Studio Classique	▶ 21 à 32m ²	▶ dès 1 507€
Studio Confort	▶ 21 à 32 m ²	▶ dès 1 606 €
Studio Supérieur	▶ 30 à 40 m ²	▶ dès 1 650 €



Offre exceptionnelle

Abonnement au Restaurant du Grand Hôtel

Le carnet de 10 ticket-repas : formule 3 plats (entrée, plat, dessert)	▶	250 €^{TTC}
Forfait séjour cure (1 repas journalier 3 plats)	▶	480 €^{TTC} <small>(prix par module de 20 repas)</small>



à partir de
55€
nets TTC

par nuit
sur la base d'un forfait hébergement pour 2 personnes (22 nuits/cure de 18 jours)

CONFORT

- Ascenseurs
- Accès personnes handicapées
- Studios aménagés pour personnes handicapées
- Cuisinette intégrée
- Dressing
- Télévision avec chaînes thématiques
- Prêt de sèche-cheveux,
- Vacation ménage
- Animations : jeux de société, soirées dansantes...
- Réception bagages livrés par le service postal ou transporteur
- Le linge (draps, torchons et linge de toilette) est fourni par l'établissement
- Laverie libre-service : lave-linge, sèche-linge, table et fer à repasser
- Kit bébé (lit, table à langer)
- Téléphone direct, Wifi

ATOUPS

- Chèques-Vacances acceptés
- Canal+ et chaînes sports au bar du Grand Hôtel
- Boulodrome
- Institut de beauté
- Service Boulangerie
- Boutique
- Bureau de poste
- Accès direct aux thermes par ascenseur



01 42 65 24 24
reservations@chainethermale.fr
www.chainethermale.fr

Pour nous joindre : 04 68 87 88 60

Ouvert du 30 mars
au 15 novembre 2025

LA PRESTE-LES-BAINS & *sa région*

La ville, à 70 kilomètres de Perpignan, profite d'un climat tempéré par l'altitude de 1 130 mètres.

Blottis dans un cirque grandiose en Vallespir sur le versant sud du Canigou, à quelques pas de l'Espagne, les Thermes de La Preste-les-Bains vous accueillent dans une nature préservée de plus de 2 400 hectares qui vous permettent de profiter de nombreux chemins pour vous balader.

CULTURE & PATRIMOINE

Prats de Mollo, un village qui cultive la tradition

Sereinement blotti dans la vallée du Haut-Vallespir, le village de Prats-de-Mollo-la-Preste a conservé l'aspect médiéval de ses ruelles, places et escaliers.

1 000 ans d'histoire

Dominant le village, l'église des Saintes-Juste et Ruffine, a conservé son clocher roman couronné de créneaux du XIV^e siècle et un retable doré, rare spécimen de la Catalogne. Derrière l'église, la porte de la Fabrique ouvre les galeries d'accès au Fort Lagarde fortifié par Vauban.

Prats de Mollo
La Preste



Resort thermal

Avec l'ascension insolite par le chemin couvert et le souterrain, franchissez cet édifice du XVII^e siècle qui offre de superbes panoramas sur la ville et la frontière avec l'Espagne. Visites individuelles, guidées et contées de la cité fortifiée et du Fort Lagarde. Accueil-boutique, centre d'interprétation du patrimoine avec espace multimédia et expositions temporaires. Site historique Grimaldi de Monaco, Fêtes de l'ours classées au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO, Label Villes Villages fleuris.

De juin à septembre

Visite animée, découverte guidée interactive du Fort Lagarde. Réputée pour son folklore, Prats célèbre chaque année les fêtes de Saint-Jean, de ses patronnes Saintes-Juste et Ruffine, de Saint-Sauveur et celle du 15 août. Elle est aussi le berceau de la Sardane, dansée à chaque rendez-vous festif par la population qui perpétue la tradition.



Rendez-vous annuels



PÂQUES EN FÊTE

- PENTECÔTE

Pèlerinage à Notre-Dame du Coral.

MI-JUIN

Journée du patrimoine de pays « patrimoine caché ».

21 JUIN

Fête de la musique.

23 JUIN

Fête des feux de la Saint-Jean et Flamme du Canigou avec dégustation de fougasse et muscat.

13 ET 14 JUILLET

Feux d'artifice et Fête Nationale.

MI-JUILLET

Festival de bandas.

JUILLET / AOÛT

Stage de sardane.

DÉBUT AOÛT

Salon du livre.

AOÛT

Fête Catalane, festivités nombreuses, Alègria damunt...
Stage de sardane.

15 AOÛT

Fête de l'été avec méchoui traditionnel dans le parc thermal.

MI-SEPTEMBRE

Journées européennes du patrimoine « concert de musique ».

14 OCTOBRE

Traditionnelle Foire d'Automne au cœur de la cité fortifiée.

UNE MULTITUDE D'ACTIVITÉS

pour toute la famille à Prats-de-Mollo. Renseignements : B.I.T. 04 68 39 70 83
Cinéma « le Nouveau Palace »
Médiathèque et Cyberbase
Ouverture de la piscine : juillet et août
Réserve naturelle et randonnées pédestres
Pêche : rivière de première catégorie
Le Tech prend sa source au Costabonne à 2 500 m d'altitude et se jette dans la Méditerranée. Ses réserves piscicoles sont importantes. L'espèce majoritaire est la truite Fario qui recherche des eaux fraîches et bien oxygénées.

CARTE DE PÊCHE JOURNALIÈRE

« Carte vacances » pour 7 jours consécutifs. Perfectionnez votre technique avec un guide de pêche diplômé. Parcours de pêche pour découvrir les coins secrets dans nos torrents (documentation disponible au B.I.T.). Informations et réservations : www.pratsdemollolapreste.com

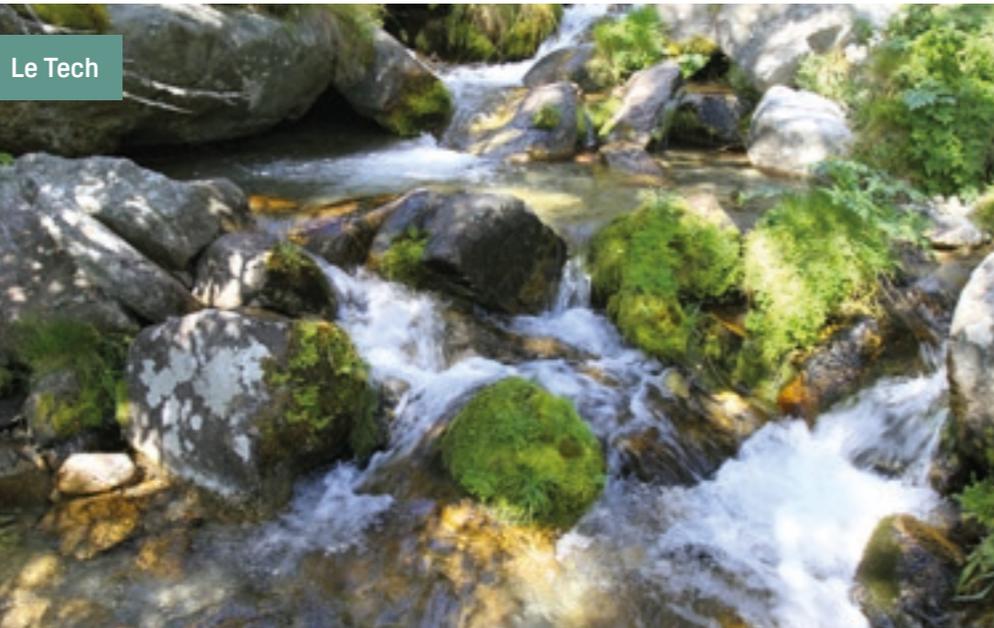
Céret (32 km)

Ville d'art et culture : le musée d'art moderne de Céret est le fruit des passages des plus grands artistes du XX^e siècle dans la ville et ses alentours, Picasso, Braque, Chagall, Matisse, Miró, etc.

Les expositions temporaires alternent art moderne et art contemporain. Visite de nombreuses galeries de peinture, maison du patrimoine. Fête de la cerise et taoumachie.

Prats de Mollo La Preste





Le Tech

Serralongue (21 km)

Le petit village de Serralongue apparaît dans les chartres dès le IX^e siècle, mais en tant que Seigneurie dès le XI^e siècle. À voir : les vestiges du château des seigneurs de Cabrenç (X^e siècle), la tour médiane (XI^e siècle), la tour à signaux (XIV^e siècle). Serralongue dispose d'un musée médiéval exceptionnel où sont exposées des maquettes animées représentant les activités traditionnelles du Haut-Vallespir : forges catalanes, moulin à farine, moulin à huile d'olive, forestiers, meules à charbon de bois, foulons à drap.

Saint-Laurent-de-Cerdans (19 km)

À quelques pas de l'Espagne, allez visiter le village de Saint-Laurent-de-Cerdans, en moyenne altitude, face au célèbre Canigou. En parcourant ses rues, vous verrez les témoignages d'un riche passé industriel lié au charbon, au fer, au tissage et à l'espadrille. À voir : La Maison du Patrimoine. Visite d'une usine de tissage de tradition ancestrale et des ateliers de fabrication d'espadrilles artisanales. À proximité du village : golf de Falgos 18 trous. Aux alentours... les curiosités.

Elne (61 km)

Le cloître d'Elne est l'un des plus beaux de France, tout de marbre sculpté des XII^e, XIII^e et XIV^e siècles. L'ancienne capitale religieuse du Roussillon conserve également ses remparts et son église forteresse du XIX^e siècle.

Le Prieuré de Serrabone (58 km)

Ce prieuré datant des X^e et XII^e siècles dresse sa magnifique tribune de marbre rose sculpté, considérée comme un chef-d'œuvre de la sculpture romane du Roussillon.

Espagne

La Preste à deux pas de l'Espagne pour découvrir un patrimoine très riche de monuments médiévaux, de la Renaissance, de l'Art Nouveau ainsi que de remarquables espaces naturels préservés.

Barcelone (193 km)

(À 2 h de voiture de La Preste). Capitale de la Catalogne, on aime passionnément Barcelone ! Le centre historique s'organise autour de la Rambla, véritable artère palpitante qui mène de la Place de Catalogne au port, avec ses fleuristes, ses peintres, ses musiciens de rue et ses statues humaines. À voir : la Sagrada Família, le palais de la musique catalane, le marché de La Boqueria, la cathédrale Sainte-Eulalie, Le Parc Güell.

Camprodon (42 km) ESPAGNE

Situé au cœur de la montagne catalane espagnole, Camprodon n'en est pas moins un bourg animé et commerçant. En plus de son cadre exceptionnel, elle possède nombre de monuments historiques importants : le Pont Nou, le Monastère de Sant Père, deux églises exceptionnelles de style gothique, Santa Maria et du Carme. C'est la ville natale d'Isaac Albéniz, grand compositeur espagnol, auquel un musée et un festival de musique sont dédiés.

Olot (62 km) ESPAGNE

Olot est la capitale de la Garrotxa, région catalane particulièrement connue pour son parc volcanique naturel. Les alentours conservent également un riche patrimoine naturel : les Aiguamolls de la Deu i la Moixina (bois avec des marais), la Fageda d'en Jordà (hêtraie exceptionnelle) et les volcans de Santa Margarida et du Crosat. Aux alentours, de magnifiques villages romans, comme Rocabruna et son château, Belet et l'église Sant Cristofol ou encore les ermitages de Sant Valenti de Salarça, de Santa Maria de Bolos et Sant Antoni.



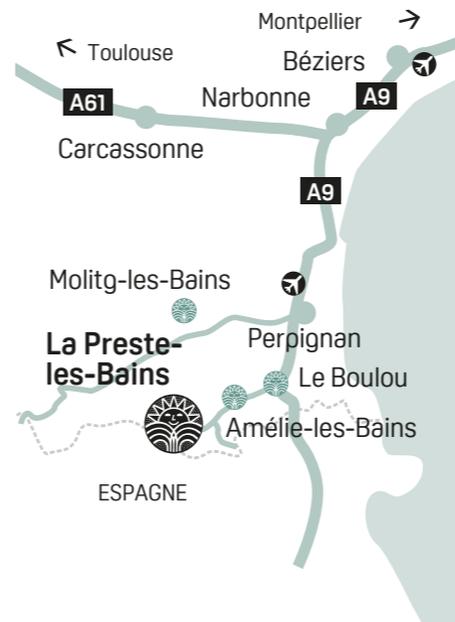
Fort Lagarde



Carnet PRATIQUE

VENIR À La Preste-les-Bains

Dans le Haut-Vallespir, au cœur de la montagne catalane, La Preste-les-Bains jouit d'un climat méditerranéen privilégié, tempéré par l'altitude à 1130 mètres.



ASSOCIATION PRATS TOUJOURS
Bureau d'informations touristiques (B.I.T.)
www.pratsdemollolapreste.com
Téléphone : 04 68 39 70 83

EN VOITURE

Venant de l'autoroute A9 Sortie « Le Boulou ». Prendre la direction Céret et Amélie-les-Bains. Puis, prendre la route départementale 115 en direction de Prats-de-Mollo-la-Preste.

Vous souhaitez profiter de votre voiture en cure, mais pas question de conduire ce long trajet depuis chez vous ? Nous avons la solution ! **Yesdriveme** est la première plateforme de location de chauffeurs à la demande. **Ligne dédiée** au 02 55 47 12 85 **Remise de 10 % avec le code chainethermale5.**

EN BUS

• À Perpignan : Les transports de Ma Région Tél. 04 68 80 80 80 / 0 806 80 80 90 Service et appel gratuits Site web : www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/Les plans du réseau liO

EN TRAIN

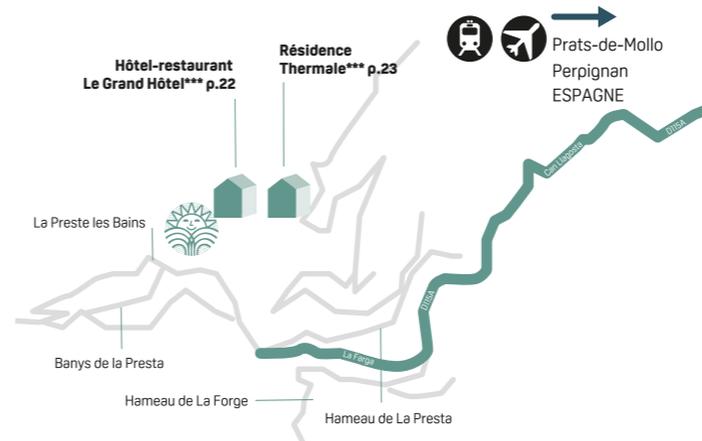
• **Descendez en gare de Perpignan**
TGV directs Paris-Perpignan ou Lille-Perpignan. De la gare SNCF de Perpignan, à la station : les bus du Conseil départemental ou des taxis assurent une liaison avec La Preste. Les transports de Ma Région Guide et plans du réseau liO www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/ ou au 04 68 80 80 80. Si vous souhaitez que vos bagages soient expédiés de votre domicile à votre hébergement à Prats-de-Mollo-la-Preste, contactez le service spécialisé de la SNCF lors de votre réservation.

EN AVION

• **Aéroports à votre disposition :**
Perpignan-Rivesaltes situé à environ 70 km de La Preste-les-Bains. Liaisons quotidiennes avec Paris, saisonnières avec Lille, Nantes et Strasbourg. Navette bus entre l'aéroport et le centre-ville de Perpignan.

COVOITURAGE

Pensez au covoiturage pour partager les frais de route et des moments de convivialité.



Pour visiter nos établissements et découvrir nos soins avant de réserver, participez aux **Journées découverte À DATES FIXES**
16 mai • 27 juin • 19 septembre • 17 octobre
Infos et réservations 04 68 87 88 60

LA FOIRE AUX Questions

Découvrez les réponses aux interrogations fréquentes sur la médecine thermique

1

Quelles sont les cures thermales prises en charge (remboursées) par l'Assurance Maladie, et celles qui ne le sont pas ?

La cure thermique « conventionnée 18 jours » est la seule cure thermique remboursée par la Sécurité Sociale.

Pour donner lieu à un remboursement, votre cure thermique conventionnée doit obligatoirement être prescrite par un médecin (votre médecin traitant ou un spécialiste, Rhumatologue par exemple) et être d'une durée de 18 jours de soins, dispensés 6 jours sur 7 (pas de soins le dimanche).

Les cures thermales plus courtes, telles que les cures thermales libres (5 jours de soins minimum) ne sont, elles, pas éligibles au remboursement.

Les options de confort ou de renforcement ne bénéficient pas de la prise en charge par l'Assurance Maladie.

Elles ne sont donc pas remboursables. Ces prestations, dans le cadre d'une cure dans nos stations peuvent être :

- le supplément Service Premier (votre cure dans l'espace « premium » des thermes, indiqué sur notre site web par la mention « PREMIUM »)
- le module complémentaire dans les Cures Spécifiques
- l'Option Santé Active et les Programmes Complémentaires (Lombalgie ou Fibromyalgie par exemple)
- le forfait « hébergement » (sauf si vos revenus sont inférieurs au plafond de ressources)



2

Qu'est-ce qu'une cure « conventionnée » ?

Une cure thermique est un acte médical qui permet de traiter une pathologie grâce à un parcours de soins ciblés encadrés par des professionnels de santé, et le concours de ressources naturelles (eaux thermales, gaz, boues) dont les propriétés thérapeutiques sont reconnues par l'Académie de Médecine.

Une cure thermique est dite « conventionnée », quand elle bénéficie d'une prise en charge par l'Assurance Maladie, parce qu'elle est prescrite par votre médecin traitant, et qu'elle s'échelonne sur une durée de 18 jours.

3

Qu'est-ce que la double orientation ?

Une cure thermique « double orientation » permet de traiter conjointement deux grandes familles de pathologies (ou « orientations ») :

rhumatologie, phlébologie, maladies métaboliques et urinaires, voies respiratoires, neurologie, maladies digestives, dermatologie, affections psychosomatiques, gynécologie, maladies cardioartérielles et stomatologie. Chaque jour, la cure double orientation se compose de 4 soins* thermaux dédiés à l'orientation principale et 2 soins** dédiés à l'orientation secondaire. Lors de la prescription et en remplissant le formulaire de demande de prise en charge, votre médecin traitant devra préciser quelles sont les orientations choisies : l'orientation principale et l'orientation secondaire. Cela ne pourra pas être modifié par la suite ; il faut donc remplir ce formulaire avec le plus grand soin.

* 6 soins en Voies respiratoires ** 3 soins en Voies respiratoires

4

Puis-je scinder ma cure thermique conventionnée en plusieurs parties ?

Il est impossible de scinder votre cure thermique conventionnée.

Pour que votre cure thermique soit prise en charge par la Sécurité Sociale, il est nécessaire qu'elle soit de 18 jours consécutifs.

5

Quels sont les frais qui restent à ma charge lors d'une cure conventionnée ?

Outre le ticket modérateur, les frais complémentaires, les soins dits de confort effectués en plus des soins prévus dans votre forfait thermal et le complément tarifaire (entré en vigueur au 1^{er} mars 2014) ne sont pas pris en charge par l'Assurance Maladie.

L'établissement thermal devra vous informer avant votre départ, ou sur place, des différents montants susvisés.

Si vous êtes bénéficiaire de la Complémentaire santé solidaire (CSS), l'établissement thermal ne peut vous facturer que le tarif forfaitaire de responsabilité (ou forfait thermal), le complément tarifaire créé au 1^{er} mars 2014 ne pourra pas vous être demandé. Les soins de confort effectués en plus des soins prévus dans le forfait thermal restent à votre charge.

6

Quel jour de la semaine pour débiter ma cure thermique ?

Nos stations thermales permettent de démarrer sa cure du lundi au samedi. Pour autant, il est déconseillé de commencer sa cure un lundi. En effet, il sera plus difficile d'obtenir un rendez-vous avec un médecin thermal et les formalités administratives préalables à l'entrée en cure seront plus longues les lundis.

?



Retrouvez l'intégralité de notre Foire aux questions en flashant ce QRcode

7

Peut-on interrompre une cure thermique conventionnée ?

La durée normale d'une cure thermique prise en charge par la Caisse d'Assurance Maladie est de dix-huit jours.

La cure peut être interrompue pour toutes sortes de raisons, mais seules trois circonstances pourront donner lieu à un remboursement par l'Assurance Maladie, au prorata de la durée de la cure effectuée :

- en cas de force majeure (un décès dans la famille, par exemple)
- en cas de suspension de l'activité de l'établissement thermal
- si la cure est interrompue pour raisons médicales (attestées par un certificat médical)

Une cure interrompue pour toute autre raison ne donnera lieu à aucune prise en charge par l'Assurance Maladie. De même, une cure interrompue plus de 48 heures, même pour motif médical ne peut être reprise et sera donc définitivement interrompue.

8

Qu'est-ce qu'une cure thermique libre ?

Il s'agit d'une cure thermique à durée libre à partir de 5 jours de soins. Vous bénéficiez des mêmes soins qu'une cure thermique conventionnée, sans prescription médicale et sans prise en charge par l'Assurance Maladie.

Cette cure thermique est disponible dans nos 19 établissements thermaux et dans n'importe quelle pathologie.

Vous êtes ainsi libre de choisir votre durée de séjour et de bénéficier de tous les avantages des soins thermaux comme une cure conventionnée.

Nouveau!



CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS

Réservez et préparez votre cure

1

CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN

Au plus tard au cours du trimestre qui précède votre cure !

Il prescrit votre cure en fonction de votre état de santé. Il indique sur la prise en charge de l'Assurance Maladie la ou les orientations thérapeutiques et la station thermale recommandée pour votre pathologie. Complétez les rubriques vous concernant, notamment « ressources » pour étudier vos droits éventuels à des forfaits de déplacement et d'hébergement. Adressez ensuite ce formulaire à votre caisse d'Assurance Maladie habituelle pour l'accord.

Le retour de votre prise en charge doit vous parvenir dans un délai de 1 mois : vérifiez-la !

Vérifiez votre compte AMELI, l'envoi de la Prise en Charge par la CPAM est souvent dématérialisé.

En cas de refus, les arrhes de garantie de réservation thermale vous seront remboursées, sur justificatif.



2

PENSEZ À VOS DATES DE CURE

Réservez le plus tôt possible
= plus de latitude pour le choix de vos dates et tranches horaires d'entrée en soins.



Affluence :

- très forte
- moyenne
- faible

Réservez votre cure thermale avant votre hébergement !

AVR	
MAI	
JUIN	
JUIL	
AOÛT	
SEPT	
OCT	
NOV	

3

COMMENT RÉSERVER VOTRE CURE THERMALE ?

Sur notre site www.chainethermale.fr en réglant directement les arrhes de garantie de réservation par carte bancaire

Tél. **01 42 65 24 24** ou par mail à **reservations@chainethermale.fr**

Par courrier à l'**adresse de la station choisie** en remplissant la fiche de réservation adaptée + un chèque d'arrhes de garantie de réservation thermale.

Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal de votre choix avant votre arrivée.

Pensez à la garantie Assurance-Annulation Interruption de cure avec **THERMASSISTANCE** (voir le formulaire à l'avant dernière page de ce livret).

Votre cure et votre hébergement en un appel ou un clic



4

PRÉPAREZ VOTRE CURE

Prenez rendez-vous avec le médecin thermal avant votre arrivée en cure.

Chaque établissement vous fournira ses coordonnées.

Rassemblez les documents à présenter sur place : votre carte vitale, les volets 1 et 2 de votre prise en charge, votre reçu d'arrhes, le courrier de votre médecin traitant, vos radios et/ou dernières analyses de sang.

Ne pas oublier de mettre dans sa valise : bonnet et sandales de bain antidérapantes, maillot de bain, votre sac de cure (si vous êtes déjà curiste). Peignoirs de bain et serviettes fournis durant votre cure.

VOTRE JOURNÉE DE CURE

Les soins se déroulent du lundi au samedi, jours fériés inclus (pas de soins le dimanche). Suivant l'orientation thérapeutique, ils durent entre 1 h et 2 h. Le planning de soins est préalablement établi pour vous, en fonction de la prescription du médecin thermal.



CURE CONVENTIONNÉE 18 JOURS

Votre remboursement

1

VOS FRAIS MÉDICAUX (VOLET 1)

3 visites médicales obligatoires avec le médecin thermal

- **70 %** sur la base des tarifs conventionnels
- **ou 100 %** de ce même tarif en cas d'exonération du ticket modérateur

Fixé par l'Assurance Maladie (en 2024 : 80 € pour le suivi d'une cure simple-orientation et 120 € pour une cure double-orientation. Le reste à charge pour le curiste est de 30 % soit 24 € (simple-orientation) ou 36 € (double orientation)).

S'y ajoutent, éventuellement, certains actes spécifiques (méthode de déplacement de Proëtz, douches filiformes, injections de gaz thermal), appelés pratiques médicales et complémentaires, remboursées à 70 % sur la base des tarifs conventionnels.



2

VOTRE CURE THERMALE DE 18 JOURS DE SOINS* (VOLET 2)

1 seule cure par an et par personne

- **65 %** du Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.)
- **ou 100 %** en cas d'exonération du ticket modérateur (hors complément tarifaire)

Le Forfait Thermal est remboursé à 65 % du Tarif Forfaitaire de Responsabilité (T.F.R.). Le reste à charge pour le Curiste est donc de 35 % du T.F.R. (c'est le Ticket Modérateur, susceptible d'être pris en charge par la Mutuelle) **ET** d'un Complément Tarifaire (ce montant est fixé chaque année par l'Assurance Maladie. À titre d'exemple, en 2024, il est de 103,51 € pour une cure Rhumatologie (sans kinésithérapie)).

* hors frais des soins de confort



3

VOS FRAIS D'HÉBERGEMENT (VOLET 3)

(remboursement soumis au plafond de ressources*)

- **65 %** sur la base d'une participation forfaitaire de votre Caisse fixée à 150,01 € soit 97,50 €



4

VOS FRAIS DE TRANSPORT (VOLET 3)

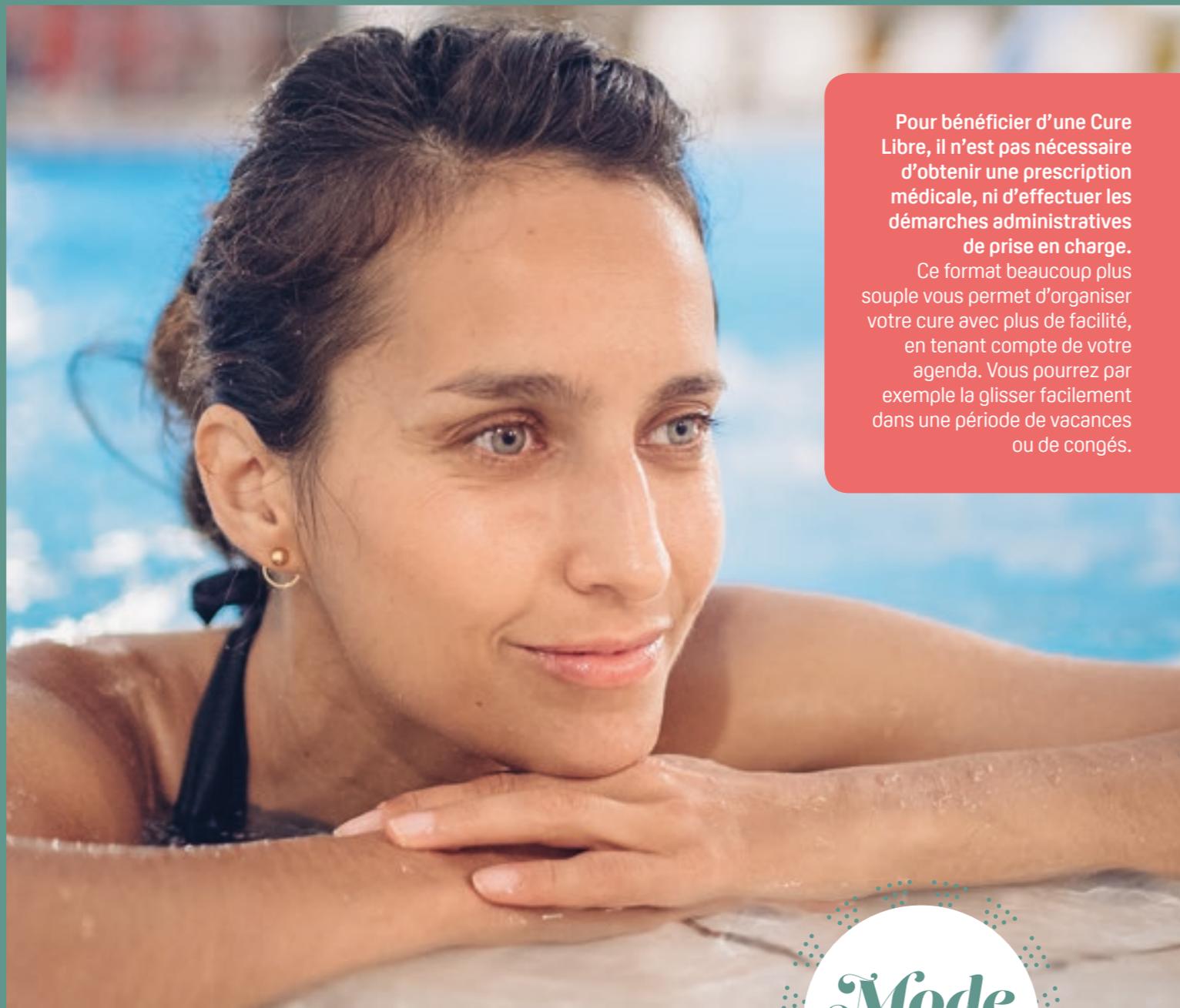
(remboursement soumis au plafond de ressources*)

Par train ou voiture, sur la base d'un aller/retour SNCF 2^e classe (pièces justificatives demandées)

- **65 %** du prix du billet
- **ou 100 %** en cas d'exonération du ticket modérateur



* Pour bénéficier du remboursement de vos frais de transport et d'hébergement, vous devrez adresser à votre caisse d'assurance maladie, au retour de votre cure, le volet 3 du formulaire de prise en charge ainsi que les justificatifs de transport. Selon les ressources de votre foyer, l'Assurance Maladie peut prendre en charge vos frais de transport et d'hébergement : pour une cure prescrite en 2025, vos ressources de 2024 ne doivent pas dépasser un plafond fixé à 14 664,38 €. Ce plafond (en vigueur depuis 2010) est majoré de 50 % - soit 7 332,19 € - pour votre conjoint et pour chaque ayant droit à votre charge (enfant, partenaire lié par un pacte civil de solidarité, etc.)



Pour bénéficier d'une Cure Libre, il n'est pas nécessaire d'obtenir une prescription médicale, ni d'effectuer les démarches administratives de prise en charge.

Ce format beaucoup plus souple vous permet d'organiser votre cure avec plus de facilité, en tenant compte de votre agenda. Vous pourrez par exemple la glisser facilement dans une période de vacances ou de congés.

Mode
d'emploi

Plus d'infos !



VOTRE CURE
libre

Votre cure libre

À LA PRESTE-LES-BAINS

Une cure médicale en format court.

Parce que nous n'avons pas tous la possibilité de prendre 3 semaines pour sa santé, les Thermes de La Preste proposent un format de cure thermale "libre" d'une durée de 5 à 18 jours.

1

Je sélectionne ma cure libre selon mes objectifs

- Prendre soin de ma santé
- Prévenir des pathologies d'ordre Rhumatologiques
 - ou des Affections de l'appareil urinaire et des maladies métaboliques
- Soigner mes pathologies d'ordre Rhumatologiques
 - ou des Affections de l'appareil urinaire et métabolisme
- Simplement « me faire du bien » et m'accorder une pause « santé »

Je choisis

MA CURE LIBRE RHUMATOLOGIE

OU MA CURE LIBRE Affections de l'appareil urinaire et des maladies métaboliques

3

Je personnalise la durée de ma cure libre

DURÉE MINIMUM DE 5 JOURS

Je peux rajouter des journées supplémentaires au tarif de 50 euros la journée, selon mes envies.

Forfait initial de 5 jours : 365 euros

2

Je souhaite traiter plus spécifiquement

- **Me sentir mieux dans mon corps :**
Programme **STARTER MINCEUR**
- **Mon dos :**
Programme **DOS, LOMBAIRES ET CERVICALES**
- **Mes affections urinaires :**
Programme **CYSTITE & PROSTATITE**
- **Me reconnecter :**
Programme **CURE & RANDONNÉE**

Je sélectionne

LE PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE

DE MON CHOIX AFIN D'OPTIMISER MON SÉJOUR

4

Je réserve

MA CURE LIBRE SELON MES OBJECTIFS, MON PROGRAMME COMPLÉMENTAIRE SI BESOIN, SUR LA DURÉE DE MON CHOIX

Vous accompagnez un curiste effectuant une cure conventionnée de 18 jours, **bénéficiez de 5% de remise** sur votre cure libre (hors hébergement).



En téléphonant
au 01 42 65 24 24

Toutes nos équipes sont disponibles pour vous accompagner dans vos choix

Hôtels

À la Preste

★★★

Le Grand Hôtel 01 42 65 24 24

Restaurant

Le Grand Hôtel 01 42 65 24 24

Résidences • Studios • Locations

À la Preste

La Résidence Thermale 01 42 65 24 24

À Prats de Mollo

M. Dunyach 04 68 39 72 06

Santé

Pharmacie G. Burcet 04 68 39 71 52

Renseignements utiles

Thermes de la Preste-les-Bains 01 42 65 24 24

Bureau d'Information Touristique de Prats 04 68 39 70 83

Le Costabonne
Hôtel** - Restaurant - Bar

Hôtel

Horaires de réception :
Matin : 8h à 11h | Soir : 17h à 21h
Arrivée à partir de 17h
jusqu'à 21h (départ jusqu'à 11h)

Petit déjeuner
8h30 à 10h00

Restaurant
Mardi à Samedi :
12h à 14h30 | 19h à 21h
Dimanche : 12h à 15 h
Lundi : Fermé

Animaux domestiques acceptés :
10€ par animal/nuit

6 Place du Foirail - 66230 Prats-de-Mollo-la-Preste
(à côté de la Pharmacie)
Tél. 04 68 39 70 24
info@lecostabonne.fr | www.lecostabonne.fr

★★★
LE GRAND HÔTEL THERMAL
Restaurant

Accès direct aux Thermes par ascenseur

WiFi

Bar • Bibliothèque
Bouquet satellite
Animations • Espace Fitness
Cuisine diététique
Institut de beauté

01 42 65 24 24
04 68 87 88 60

66230 La Preste-les-Bains
laprestelesbains@chainethermale.fr

★★★
LA RÉSIDENCE THERMALE

Accès direct aux Thermes par ascenseur

Bouquet satellite
Linge fourni
Services et activités
du Grand Hôtel ***

WiFi

01 42 65 24 24
04 48 87 88 50

66230 La Preste-les-Bains
laprestelesbains@chainethermale.fr

LE BOTANISTE
HOTEL BAR RESTAURANT

contact@le-botaniste.fr
06 77 57 85 30
hotel-le-botaniste.fr

Place Joseph de la Trinxeria
66230 Prats-de-Mollo-La-Preste



Pharmacie
Gisèle BURCET

- ALLOPATHIE
- HOMEOPATHIE
- PHYTOTHÉRAPIE
- ANALYSES

Location
Vente de matériel médical
et thermal
PARAPHARMACIE

Tél. 04 68 39 71 52
pharmacieburcetgisele@gmail.com
Le Foirail 66230 PRATS-DE-MOLLO-LA PRESTE

DOMINIQUE
ET EMMANUELLE DUNYACH

LINGE ET TISSUS CATALANS
VÊTEMENTS FEMMES ET HOMMES
POTERIES ET SOUVENIRS
MERCERIE • BONNETERIE

13, Rue Porte d'Espagne et Place d'Armes
PRATS-DE-MOLLO-LA PRESTE
Tél. 04 68 39 72 06

1 | CITÉ FORTIFIÉE*Plus beaux villages de France*

La cité fortifiée garde de son passé tumultueux un dense patrimoine... Les animations donnent de la couleur aux traditions et font vivre un village classé parmi les plus beaux de France. Catalane, ouverte, et tellement chaleureuse, Prats vous attend !

**2** | MONUMENTS*Une ville millénaire*

Le Fort Lagarde, construit par Vauban, domine de ses grandes terrasses la beauté graphique du village. L'église témoigne de la splendeur passée de Prats par la profusion de son mobilier baroque. Onze retables ensoleillent la nef principale de leur dorures.

**3** | PAYS D'ART ET D'HISTOIRE*Musée des Vallées Catalanes*

La Verneda vous présente le territoire de l'unique Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier de France. Ce lieu d'exposition vous raconte des siècles d'histoire. Neuf autres musées bilingues vous attendent de part et d'autre de la frontière!

**4** | UNE MONTAGNE INFINIE*La fraîcheur des sommets*

Prats est situé au cœur d'une Réserve Naturelle qui forme un cirque grandiose entre le Costabona et le Canigó, classé parmi les Grands Sites de France. Venez vous oxygéner dans la plus grande commune des Pyrénées Orientales !

5 | LE BONHEUR DANS L'ASSIETTE*L'accueil à la Pratéene*

Venez déguster les produits du terroir en rendant visite aux producteurs, dans les restaurants, ou bien lors du marché hebdomadaire. Vous y trouverez du miel, des fruits et légumes, du fromage, de la viande, des vins du pays...

**TOP 5** *Prats, c'est le décliné garanti!*

Que ce soit pour planifier votre première cure thermale ou pour mieux profiter de notre territoire, le Bureau d'Information Touristique de Prats est à votre écoute et vous offre des solutions sur mesure. Nous vous renseignons sur les bus entre Perpignan et Prats, tout comme sur les navettes qui relient le village à la station thermale. Sur demande, nous vous transmettrons la brochure des hébergements à Prats et à la Preste.

Appellez-nous au 04.68.39.70.83 !



Crédit photos: BIT Prats, Hugues Argence, Jacques Miot, PAHT

imprimerie
COPYLUX 

Travaux reprographie
et plus encore sur :

www.imprimerie-copylux.fr

ARLES/TECH ☎ 04 34 10 38 84

VALLESPİR CONSTRUCTION

MAÇONNERIE
TRAVAUX PUBLICS
FOSSE • ENROCHEMENTS
TERRASSEMENT
PRATS DE MOLLO
Tél. 04 68 39 72 64

www.vallespir-construction.fr
vallespir.construction@orange.fr



causadias 
Peinture & plaques de plâtre

Revêtements Sols & Murs
Décoration - Faux plafonds - Cloisons
Isolation intérieure & extérieure
Z.I. Oulrich - 66400 Céret
Tél. : 04 68 87 12 12
www.entreprise-causadias.fr
Mail : j.causadias@orange.fr

SPA PÉDICURE 41 RUE DES THERMES AMÉLIE LES BAINS

100% HYGIÈNE GARANTIE

Fish dels Peus  COMPLÈTEMENT CURE

GARRA RUFÀ SPA PÉDICURE

Les poissons pédicure
qui prennent soin de vos pieds...

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 8H À 12H ET DE 14H À 19H

RÉSERVATION CONSEILLÉE AU 09 50 09 94 32  



NOUVEAU

Sac fabriqué en RPET* :

- Résistante à la chaleur, à l'humidité, aux UV
- Durable
- Brillante
- Étanche
- Flexible
- Inodore



À rapporter chaque année *vo*tre **Sac de cure**



SERVICE APRÈS-VENTE

IL SE DÉCHIRE ?

Sac remplacé

OUBLI OU PERTE ?

Prêt pour la journée d'un sac souple

UN 2^e EXEMPLAIRE ?

Disponible en boutique : 2,50 € TTC



PRATIQUE



ÉCOLOGIQUE

Sac unique et réutilisable

Gratuit lors de votre première cure ou en vente dans nos boutiques

*abréviation en anglais de recycled polyethylene terephthalate et polytéréphthalate d'éthylène recyclé en français



LE CLUB THERMAL



Fidélité et parrainage

Vous aimez votre cure à la Chaîne Thermale du Soleil ?

Profitez de nombreux avantages, chez vous et pendant votre séjour en adhérent au Club Thermal.

FAITES-VOUS PLAISIR !

Selon votre statut BLEU, ARGENT, OR ou PLATINIUM vous bénéficiez de réductions sur toutes nos prestations : hébergement, Service Premier, activités forme, soins au spa, boutiques, bons cadeaux, cure libre pour votre accompagnant.

ÉCONOMISEZ !

Votre fidélité récompensée ! Des offres commerciales dédiées avant ou pendant votre séjour (selon votre statut).

BON ANNIVERSAIRE !

Une petite surprise « Made in Chaîne Thermale » vous attend le jour de votre anniversaire, si vous êtes en cure, avec nous, ce jour-là. Convivialité et joyeux souvenirs à la clé ! (Réservée aux membres Platinum, Argent et Or)

UNE PLATEFORME WEB PERSONNALISÉE

Vous pouvez accéder à tout moment à votre espace personnel digital du Club. Une fois connecté sur votre compte, vous avez accès à :

- **Votre Profil personnel**, votre Statut Membre et la liste des avantages qu'il confère.
- **Des contenus santé et bien-être de grande qualité** : cours de sport en vidéo, dossiers santé, recettes de cuisine diététique...
- **Un espace Parrainage** pour inscrire vos filleuls potentiels et suivre vos parrainages.

Ligne dédiée
☎ 03 27 32 86 20

FICHE D'INSCRIPTION

Votre réservation avec un numéro unique
01 42 65 24 24 ou par mail
reservations@chainethermale.fr



THERMES DE LA PRESTE-LES-BAINS

Ouverts du 31 mars au 15 novembre 2025

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

Informations personnelles

1^{er} curiste

Nom :
 Prénom :
 Date de naissance (jj/mm/aa) :
 Tél. fixe ou mobile : □□ □□ □□ □□ □□
 Email :
 Adresse :
 Code postal et ville :

Le médecin prescripteur de votre cure conventionnée

Nom : Dr.
 Prénom :
 Adresse :
 Code postal et ville :

2^e curiste

Nom :
 Prénom :
 Date de naissance (jj/mm/aa) :
 Tél. fixe ou mobile : □□ □□ □□ □□ □□
 Email :
 Adresse :
 Code postal et ville :

Le médecin prescripteur de votre cure conventionnée

Nom : Dr.
 Prénom :
 Adresse :
 Code postal et ville :

Prise en charge

DE VOTRE CURE THERMALE CONVENTIONNÉE

1^{er} curiste

Vous êtes pris en charge par un organisme social
Si oui, votre n° d'immatriculation Sécurité Sociale
 □□□□□□□□□□□□ □□
 Votre mutuelle :

2^e curiste

Vous êtes pris en charge par un organisme social
Si oui, votre n° d'immatriculation Sécurité Sociale
 □□□□□□□□□□□□ □□
 Votre mutuelle :

CHOIX DE VOTRE TRAITEMENT THERMAL

1^{er} indication Rhumatologie RH Affections de l'appareil urinaire AU
2^e indication Rhumatologie RH Affections de l'appareil urinaire AU

1^{er} indication Rhumatologie RH Affections de l'appareil urinaire AU
2^e indication Rhumatologie RH Affections de l'appareil urinaire AU

Médecin de cure

Si vous êtes déjà curiste à La Preste-les-Bains,

1^{er} curiste nom de votre médecin de cure : Dr

2^e curiste nom de votre médecin de cure : Dr

Prenez rendez-vous directement avec le médecin thermal de votre choix avant votre arrivée.

Programmes complémentaires

Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation

Starter Minceur 169 € /personne
 Dos, lombaires et cervicales 165 € /personne
 Cystite/Prostatite 140 € /personne
 Cure & Randonnée 250 € /personne

1^{er}/2^e curiste

Durée

DE VOTRE CURE THERMALE

Cure conventionnée (21 jours dont 18 jours de soins)
 Cure libre de 5 à 18 jours • Précisez le nombre de jours :

Option santé-active

Arrhes de 30 € à verser lors de la réservation

Option Santé-Active Classic 165 € /pers 1^{er} curiste 2^e curiste
 Option Santé-Active Mini 85 € /pers 1^{er} curiste 2^e curiste

Inscrivez vous vite!

www.club-thermal.com

Déjà 70 000 curistes nous ont rejoints !

Vos dates

DE CURE CONVENTIONNÉE OU LIBRE

Date de début de cure souhaitée (* si la 1^{re} date est indisponible)

1^{er} curiste

2^e curiste

1^{er} choix 2025

1^{er} choix 2025

2^e choix* 2025

2^e choix* 2025

Début des soins : la tranche horaire souhaitée d'entrée en soins ne pourra être accordée que dans la mesure des places disponibles lors de la réception de la confirmation et des arrhes de garantie de votre réservation thermale

Plage horaire DE DÉBUT DE SOINS

EN SERVICE PREMIER

1^{er} / 2^e curiste

Entre 6h et 6h55

Entre 7 h et 9 h

Entre 11 h et 13 h

EN SERVICE STANDARD

1^{er} / 2^e curiste

Entre 6h et 6h55

Entre 7 h et 9 h

Entre 9 h et 11 h

Entre 11 h et 13 h

Votre cure surclassée avec des services exclusifs pour plus d'agrément et de confort (non remboursé)

VOTRE SOUHAIT D'HÉBERGEMENT À LA CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

Date d'arrivée 2025 • Date de départ 2025 • Heure approximative d'arrivée h

HÔTEL-RESTAURANT LE GRAND HÔTEL THERMAL*** Chambre

Classique Confort Supérieur P. complète 1/2 Pension

RÉSIDENCE THERMALE MEUBLÉS DE TOURISME*** Studio

Supérieur Standard 1 pers. Standard 2 pers.

Nombre de curistes Nombre d'adultes Nombre d'enfants Lit supplémentaire Animal domestique

Arrhes de 30 % du montant total du séjour prestations hébergement + programmes ou activités complémentaires optionnels (dispense des arrhes thermales)

Valider votre réservation

POUR ÊTRE PRISE EN COMPTE, VOTRE RÉSERVATION DOIT ÊTRE CONFIRMÉE PAR LE VERSEMENT D'ARRHES

Cure conventionnée 18 jours (sans hébergement)

Choix alternatif obligatoire

Service Standard : **90 €** /personne

Service Premier : **110 €** /personne

Cure libre à partir de 5 à 18 jours (sans hébergement) ARRHES DE 30 % du montant par pers.

5 jours : **365 €** /personne

journée(s) complémentaire(s) : x **50 €** /jour

Options de cure en SUS (choix facultatif)

Programme complémentaire **30 €** /personne

Option Santé-Active **30 €** /personne

Montant total des arrhes de réservation

(additionner les montants des arrhes cochées selon votre choix)

1^{er} curiste

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

2^e curiste

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

_____ €

Votre mode de règlement

Chèque Espèces

Carte Bancaire (réservation par téléphone)

Tous les règlements sont à libeller à l'ordre de : SAS Chaîne Thermale du Soleil

Thermes de La Preste-les-Bains

Date et signature :

TOUS LES PRIX EXPRIMÉS SUR CETTE FICHE SONT TTC

En réservant ma cure,

J'accepte les conditions générales de vente dont j'ai préalablement pris connaissance par consultation du site <https://www.chainethermale.fr>

J'atteste avoir été informé(e) de la possibilité de souscrire une assurance annulation/interruption/assistance de séjour, par souscription directe auprès du courtier et des prestations, tarifs, et conditions de cette assurance⁽¹⁾.

Le droit de rétractation légal n'existe pas en cas de réservation sur place ou à distance, pour les prestations relevant des services de santé fournis par des professionnels de la santé aux patients pour évaluer, maintenir ou rétablir leur état de santé, (article L. 221-2 2° du Code de la consommation) ou relevant d'un forfait touristique au sens de l'article L. 211-2 du Code du tourisme (article L. 221-2 5° du même Code), et ne s'applique pas aux prestations d'hébergement, de restauration, et d'activités de loisirs (article. 221-28 12° du même Code). La réservation peut être annulée soit par vos soins moyennant la perte des arrhes versées soit par l'Établissement thermal moyennant la restitution au double (art. 214-1 Code Consommation et 1590 du Code civil) et selon nos conditions générales de vente.

La Chaîne Thermale du Soleil et les sociétés qui lui sont affiliées collectent vos données personnelles afin de vous adresser des informations ou des offres personnalisées, réaliser des analyses ou enquêtes statistiques de satisfaction, des études d'impact médical ou touristique. Vos données seront utilisées ultérieurement pour vous transmettre d'autres offres, y compris touristiques, vous informer de nos produits, vous proposer de participer à ces analyses, enquêtes et études, soit par nos soins, soit par nos partenaires. Vous disposez à tout moment du droit de refuser, cesser de recevoir des offres/informations et des droits d'opposition au traitement, consultation, modification, suppression de vos données personnelles, conformément à notre charte de protection de la vie privée dpo@chainethermale.fr ou <https://www.chainethermale.fr> Je m'oppose à ce que mes coordonnées mail, postales et numéro de téléphone soient utilisés pour recevoir des offres de la Chaîne Thermale du Soleil par courrier postal, mail ou téléphone.

(1) Contrat proposé par ASSURINCO Assurance Voyage exerçant sous la marque commerciale XPLORASSUR - Filiale du Groupe Finaxy - SAS de courtage en assurances au capital de 1 187 070 € - siège social 8-10 rue du pont de Tounis - 31000 TOULOUSE - RCS TOULOUSE 839 898 673 - N°ORIAS 18007806 - www.oriass.fr - Responsabilité Civile Professionnelle & Garanties Financières conformes au Code des Assurances - Sous le contrôle de l'ACPR, 4, rue de Budapest - 75436 Paris (www.oriass.fr) - ASSURINCO Assurance Voyage exerce son activité en application des dispositions de l'art L521-02 II b du Code des Assurances - Service Réclamations : reclamation@explorassur.com - Médiation : La Médiation de l'Assurance, Pôle CSCA, TSA 50110 Paris cedex 09 ou le.mediateur@mediation-assurance.org

CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

SIÈGE SOCIAL - 31 AVENUE DE L'OPÉRA - 75001 PARIS - SAS AU CAPITAL DE 8 129 638,30 € - RCS PARIS B 310 968 540

Publiccommuniqué

Confiez votre sérénité à **Thermassistance** en souscrivant une assurance multirisque dédiée

La **Chaîne Thermale du Soleil** vous permet de **vous assurer** contre les conséquences d'une impossibilité de vous rendre en cure ou d'une interruption de cure, pour toutes vos dépenses associées directement à votre cure.



Garantie annulation

Motifs d'annulation SANS franchise

Motif médical (maladie grave, accident, décès, contre-indication à pratiquer la cure (y compris cure libre), refus de la prise en charge de la cure par la sécurité sociale, empêchement de se rendre à la station thermale / lieu de villégiature.

Motifs d'annulation AVEC franchise

Pour tout événement aléatoire justifié, motifs listés (convocation administrative, catastrophe naturelle à destination, dommage grave au véhicule ...).

Arrivée tardive

Remboursement des jours de séjour non utilisés si un événement imprévisible et indépendant de votre volonté vous empêche d'arriver à votre destination à la date prévue (selon franchise et plafond).

Profitez pleinement de votre cure thermale en souscrivant cette assurance spécifiquement conçue

Consultez les fiches produit et souscrivez directement en ligne en allant sur le site : thermassistance.xplorassur.com

Prise en charge des frais d'interruption de séjour et d'activités

Suite à votre retour anticipé à votre domicile en cas de maladie de vous-même ou de votre accompagnant (curiste ou non curiste), hospitalisation ou décès d'un membre de votre famille ou en cas de sinistre à votre domicile.

Cette garantie s'applique, que vous bénéficiiez ou non d'un rapatriement médical par la compagnie d'assistance.

Assistance rapatriement

Nous organisons votre **assistance/rapatriement** de votre lieu de cure vers votre domicile, en cas de maladie, blessure ou décès, incluant votre accompagnant (curiste ou non curiste).

Nous mettons à votre disposition un **chauffeur de remplacement** en cas de maladie ou d'accident vous empêchant de conduire, pour ramener votre véhicule à domicile.

Plateau d'assistance médicale situé en France et joignable 24h/24 et 7j/7.

Assurance multirisque pour toute réservation à compter du 1 décembre 2024.

Souscription possible à la réservation de votre cure et/ou de votre hébergement et dans les 30 jours qui suivent.

Informations non contractuelles et soumises à évolution.



Thermassistance est une marque déposée appartenant à la Chaîne Thermale du Soleil. Nonobstant cette marque, la police d'assurance affinitaire est souscrite directement auprès de la société Assurinco Assurance Voyage

ASSURINCO Assurance Voyage exerçant sous la marque commerciale XPLORASSUR - Filiale du Groupe Finaxy - SAS de courtage en assurances au capital de 1 187 070 € - siège social 8-10, rue du Pont de Tounis, 31000 TOULOUSE - RCS TOULOUSE 839 898 673 - N° ORIAS : 18007806 - www.oriass.fr - Responsabilité Civile Professionnelle & Garantie Financière conformes au Code des Assurances - Sous le contrôle de l'ACPR, 4 place de Budapest - 75436 PARIS (www.oriass.fr) - ASSURINCO Assurance Voyage exerce son activité en application des dispositions de l'art L521-2 II b du Code des Assurances - Service réclamation : reclamation@explorassur.com - Médiation : La Médiation de l'Assurance, Pôle CSCA, TSA 50110 Paris cedex 9 ou le.mediateur@mediation-assurance.org

THERMES DE LA PRESTE-LES-BAINS

66 230 Prats-de-Mollo-la-Preste
laprestelesbains@chainethermale.fr

OUVERTS
DU 31 MARS AU
15 NOVEMBRE
2025

 Centrale de réservation
Flandres

SAINT-AMAND-LES-EAUX



BAINS-LES-BAINS



SAINT-HONORÉ-LES-BAINS



BOURBON-
L'ARCHAMBAULT



LUXEUIL-
LES-BAINS



LE MONT DORE



JONZAC



CRANSAC-
LES-THERMES



BARBOTAN-
LES-THERMES



PRÉCHACQ-
LES-BAINS



SAINT-LAURENT-
LES-BAINS



GRÉOUX-
LES-BAINS



MOLITG-
LES-BAINS



CAMBO-
LES-BAINS



EUGÉNIE-
LES-BAINS



**LA PRESTE-
LES-BAINS**



LAMALOU-
LES-BAINS



LE BOULOU



AMÉLIE-
LES-BAINS



Votre cure et
votre hébergement
en **un appel** ou **un clic**

01 42 65 24 24

reservations@chainethermale.fr

www.chainethermale.fr